



3. Kyu Ju Jitsu (Grün) - Prüfungsinhalte -

1. Allgemeine Voraussetzungen

- 4./ 5. Kyu Ju Jitsu (oder artverwandt, jedoch vorherige Rücksprache mit Präsidium erforderlich)
- Das Prüfungsprogramm ist schriftlich auszuarbeiten und der Prüfungskommission am Tag der Prüfung vorzulegen
- Besuch von mind. 2 Seminaren/ Wettkämpfen der UIJJA-D oder befreundeten Verbänden

2. Falltechniken

- Sollen sportlich und SV-bezogen demonstriert werden. Steigerung zur Vorgraduierung soll ersichtlich sein.
- "Freier Fall" sowie fallen am bzw. mit dem Partner.

3. Wurftechniken

- In Summe: 14 Wurftechniken in Rechts und Links ausgeführt
- Zunächst schulmäßige Demonstration
- Demonstration innerhalb der Abwehrtechniken
- 2 Kombinations- sowie 2 Konterwürfe

Bei der gesamten NAGE-WAZA gelten als Grundlage die Techniken aus der traditionellen "Go-Kyo" des Kodokan.

4. Demonstration von Abwehrtechniken

Die Angriffe von Uke sollen dynamisch und realistisch ausgeführt werden.

Verteidigung gegen "fassen wollen":	Anzahl
Frei	5
Verteidigung gegen "gefasst haben"/ Clinch:	
Hand-, Arm-, Kragen	6
Haarzug	3
Umklammerungen (alle Seiten)	4
Würgen	4
Genickhebel, Nelson, Schwitzkasten	3
Verteidigung gegen Distanzangriffe	
Faust-, Schlagabwehr	4
Fußtrittabwehr	3
Verteidigung in der Bodenlage	



Frei	3
Verteidigung gegen Waffenangriffe	
Hanbo, Bo	3
Messer	2
Abwehr freier Angriffe	
Angreifer ohne Waffe	4
Angreifer mit Waffe (z. B. Hanbo)	2
Randori bzw. Sparring	

Die Verteidigungstechniken sollen mit passenden **Abschlusstechniken** demonstriert werden:

Arm-, Bein-, Fußhebel (Festlegetechniken)	6
Festhaltetechniken	4
Halsdrucktechniken (auch Würger)	3

5. Kata/ Laufschnle

Vorführung einer Kata aus dem Kata-Pool (auch in Teilen möglich).

6. Theoretische Kenntnisse

- Stichprobenartige Abfrage von Vorkenntnissen
- Grundlagen des Kyusho Jitsu
- Vorstellung/ Erläuterung einer Wurftechnik nach Wahl

Auf die *Allgemeine Prüfungsordnung für Kyu-Prüfungen* wird verwiesen.

Änderungen der Prüfungsordnung behält sich das Präsidium der U.I.JJ.A.-D vor.