



3. Kyu Hanbo-Jitsu (Grün) - Prüfungsinhalte -

1. Allgemeine Voraussetzungen

- Mindestens 3. Kyu im Ju-Jitsu
- Das Prüfungsprogramm ist schriftlich auszuarbeiten und der Prüfungskommission am Tag der Prüfung vorzulegen
- Besuch von mind. 1 Seminar der U.I.JJ.A. oder befreundeten Verbänden
- Stichproben vorheriger Graduierungen aus den Gebieten der Fall-Wurf-Griff- und Abwehrtechniken, Umgang mit dem Hanbo bis hin zu den theoretischen Kenntnissen können abverlangt werden

2. Falltechniken

- Sollen sportlich und SV-bezogen demonstriert werden. Steigerung zur Vorgraduierung soll ersichtlich sein

3. Demonstration von Abwehrtechniken

14 Angriffe sollen von Uke dynamisch und realistisch ausgeführt werden. Die 10 Basistechniken und passende Wurf-, Hebel- und Halsdrucktechniken sollen in den Verteidigungstechniken demonstriert werden.

Verteidigung gegen Angriffe	Anzahl
Fassen wollen	3
Gefasst haben (Hand, Arm Reverse,...)	2
Faust-, Schlagabwehr	4
Fußtrittabwehr	1
Stock-, Hanbo-, Bo-, Langwaffen	3
Messer *ab 16 Jahre	1

4. Kata

Kihon

キホン

10 Basis-Techniken

Hanbo-Sho

Es kann auch eine Kata aus dem angebotenen Kata-Pool nach Absprache gezeigt werden



5. Theoretische Kenntnisse

- Stichprobenartige Abfrage von Vorkenntnissen
- Geschichte des Hanbo – Jitsu (kurze Erklärung in schriftlicher Form)



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