



5. Kyu Hanbo-Jitsu (Gelb)

- Prüfungsinhalte -

1. Allgemeine Voraussetzungen

- Mindestens 5. Kyu im Ju-Jitsu

2. Falltechniken

- Sollten sportlich und SV-bezogen demonstriert werden. Steigerung zur Vorgraduierung muss ersichtlich sein

3. Demonstration von Abwehrtechniken

6 Angriffe sollen von Uke dynamisch und realistisch ausgeführt werden. Eine Auswahl der 10 Basistechniken und passende Wurf-, Hebel- und Halsdrucktechniken sollen in den Verteidigungstechniken demonstriert werden.

Verteidigung gegen Angriffe	Anzahl
Fassen wollen	1
Gefasst haben (Hand, Arm Reverse,..)	1
Faust-, Schlagabwehr	2
Fußtrittabwehr	1
Stock-, Hanbo-, Bo-, Langwaffen	1
Messer *ab 16 Jahre	0

4. Kata

Kihon

キホン

10 Basis-Techniken

5. Theoretische Kenntnisse

- Notwehr-Paragraf (Grundlagen) (kurze Erklärung in schriftlicher Form)

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