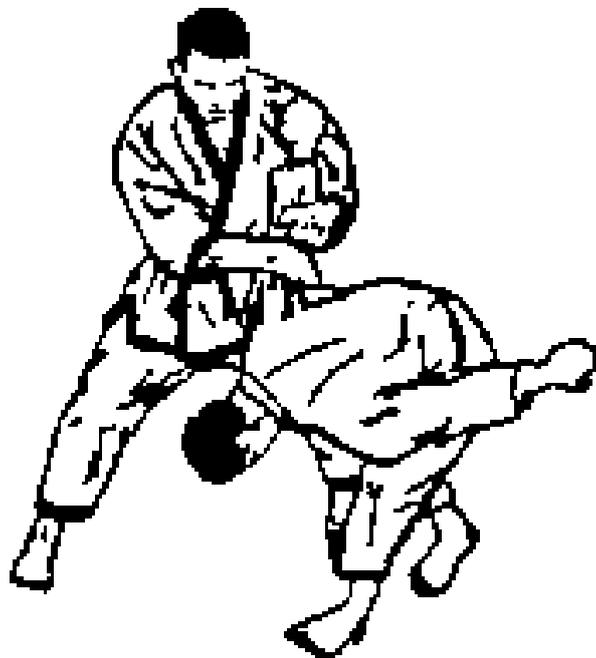


# Allkampf-Jitsu



**Prüfungsordnung für Allkampf – Jitsu im**  
**Verband asiatischer Kampfkünste e.V.**

**9. Grad bis 1. Grad**

1. **Fauststöße:** ein Fauststoß bis drei Fauststöße  
9. Grad bis 7. Grad

Bei höheren Gurten wird die Schlagsicherheit aus dem Technikprogramm bewertet (Schock- und Finalschläge)

2. **Kicks:**
9. Grad: Abjacki (Vorwärtsfußkick)  
Abuligi (gestreckter Fuß)
8. Grad: Vorkenntnisse 9. Grad  
Abjacki mit vorderem Fuß
7. Grad: Vorkenntnisse  
Doljojacki (Rundkick)
6. Grad: Vorkenntnisse  
Seidkick
5. Grad: Vorkenntnisse  
Fersendrehschlag  
Tweedjacki (Rückwärtsfußkick)

Der Prüfer wählt höchstens drei Kicks aus, die der Prüfling darbieten muss. Bei höheren Gurten wird die Kicksicherheit aus dem Technikprogramm bewertet (Schock- und Finalkicks)

**Fallschule:**

- Rollen:** Rolle vorwärts und rückwärts  
9. bis 1. Grad  
Auf Verlangen des Prüfers kann ab dem 3. Grad auch über Hindernis abgerollt werden.  
Bei Danträgern ist eine sicheres Abrollen als selbstverständlich zu betrachten.

- Sturz:** Sturz vorwärts, rückwärts und zu beiden Seiten  
7. Grad bis 5. Grad

Bei höheren Gurten ist die Fallschule aus dem Technikprogramm zu bewerten.

**Techniken:** Laut jeweiligem Technikprogramm.  
Als Vorkenntnisse werden pro Grad etwa 5 Techniken aus den bereits bestandenen Gurtprogrammen gezeigt. Bei niedrigen Graduierungen mehr als 5 Techniken. Auswahl findet durch Prüfer oder Prüfungsausrichter statt – je nach Weisung des Prüfers.

**Freikampf:** Je nach Gurt des Prüflings (im Ermessen des Prüfers auch nach körperlicher Konstitution des Prüflings) wird er von zwei bis drei Angreifern attackiert, die ihn in beliebiger Reihenfolge mit Techniken aus dem Technikprogramm angreifen. Ab dem 2. Grad können auch fremde Techniken erwartet werden, die der Prüfling durch seine Trainings- und Lehrgangserfahrung meistern kann. Spezielles Augenmerk ist auf die angemessene und effiziente Verteidigung, den Überblick über die Angriffssituation, sauber platzierte Schock- und Finaltechniken, sowie die ständige Selbstkontrolle des Prüflings zu richten. Konditionell soll der Freikampf anspruchsvoll, aber nicht überfordernd sein. Der Prüfer hat bei eintretender Erschöpfung den Kampf rechtzeitig zu beenden. Sollte ein grober Verstoß des Prüflings vorliegen, kann der Prüfer den Freikampf sofort abbrechen und die Prüfung als **nicht** bestanden bewerten!  
5. Grad bis 1. Grad

**Bruchtest:** Der Bruchtest muß der angestrebten Graduierung und den körperlichen Voraussetzungen des Prüflings angepasst sein. Der Prüfling kann seinen Bruchtest ansonsten frei wählen. Der Prüfer kann in Ausnahmefällen das Ausweichen auf eine einfachere Technik verlangen, falls er den Prüfling der Situation nicht gewachsen sieht. Ein nicht bestandener Bruchtest genügt alleine noch nicht, um die Prüfung nicht zu bestehen.  
6. Grad – 1. Grad (ab dem 2. Grad müssen zwei Bretter geschlagen werden.)

Diese Prüfungsordnung wurde von den Trainern der Allkampfabteilung des FC Horgau und dem 1. Vorstand des VaK verabschiedet und gilt als verbindlich. Änderungen sind vorbehalten und müssen vom Beauftragten für Allkampf im VaK und mindestens zwei weiteren Allkampf - Danträgern abgezeichnet werden.

# TECHNIKEN ( Stand: 12.03.2000 )

## 9. Grad (Gelbgurt)

1. Abrollen vorwärts, Abrollen rückwärts
2. Angriff durch Fassen am Revers  
Abwehr durch Schockschlag zum Schienbein, Brechen, Handhebel und Fußkick
3. Angriff durch Würgen am Boden (knieend)  
Abwehr durch Fingerspitzenstoß, Arme auseinanderschlagen, Haare fassen und Nasenhebel, Schlag
4. Angriff durch Fassen am Revers und Fauststoß  
Abwehr durch Block rechts, Faustschlag ins Gesicht, Angriffshand nach unten, packende Hand wegschlagen
5. Angriff durch Stockschlag von oben  
Abwehr durch Block links (nahe), Schockschlag rechts zum Kinn, Arm fassen und Fauststoß rechts, Waffe sichern
6. Angriff Fauststoß  
Abwehr durch Block mit linker Hand nach innen, rechte Hand fasst, linker Ellenbogen-schlag ins Gesicht, Armhebel
7. Angriff Anrempeln  
Abwehr a) Klammern am Kopf/Nacken, Knie in Bauch schlagen  
b) Hände des Angreifers ableiten, Kniekick
8. Angriff durch Fassen an der Hand  
Abwehr durch Transportgriff mittels Kreuzfesselgriff und Haare fassen ("Polizeigriff")
9. Angriff mit Pistole von vorne  
Abwehr durch Wegdrücken der Waffenhand mit beiden Händen nach oben, gleichzeitig Ausweichen nach links(-unten) und Abjaki rechts, Körperstreckhebel zu Boden, Waffenhand gestreckt am Boden sichern, Ellenbogenschlag links, Waffe entnehmen
10. Angriff durch Fassen des Handgelenks  
Abwehr durch Schockschlag zum Schienbein, Aikido-Technik (1 Arm): Antäuschen nach außen, Unterlaufen nach innen und Armhebel, Werfen, Fauststoß

## **8. Grad (1. Oranagegurt)**

11. Angriff durch Würgen von hinten nahe  
Abwehr durch Ellenbogenschlag, Handhebel, Rühren am Boden, Festlegen
12. Angriff durch seitliches Würgen  
Abwehr durch Kralle am Kehlkopf und Fußkick
13. Angriff durch Würgen von vorne  
Abwehr durch seitliches Ausweichen nach vorne (unter Arm des Angreifers hindurch),  
a) Schlag zum Kopf  
b) Fußschlag in die Knie, zu Boden bringen
14. Angriff durch Messerstoß von oben  
Abwehr durch Block links, Schockschlag zum Kinn rechts, Anwendung und Armhebels  
(nach hinten), Fauststoß, Waffe wegnehmen
15. Angriff durch Messerstoß von unten  
Abwehr durch Ausweichen, beidhändiger Block, Handkante auf Messerhand und  
Anwendung des Armhebels, Fußkick zum Kopf, Waffe sichern
16. Angriff durch Schwitzkasten  
Abwehr durch Haarefassen (nach hinten ziehen), Handballenschlag zum Kinn, würgende  
Hand packen und durch Arm(Körperstreck-)hebel zu Boden bringen, Ellenbogenschlag
17. Angriff durch Fassen am Handgelenk  
Abwehr mittels Handhebel (kurz) und Kniekick
18. Angriff durch Fassen beider Handgelenke  
Abwehr durch Ausdrehen (Hand zu eigenem Körper), Fauststoß oder Handkantenschlag  
(2 Möglichkeiten), Wegschlagen der anderen Hand (falls nötig)
19. Angriff durch Schulteranfassen mit beiden Händen  
Abwehr durch Schockschlag zum Genitalbereich, Armhebel, Kniekick
20. Angriff durch Körperklammern (Hände frei)  
Abwehr durch Nasenhebel (Nasenwurzel), linke Hand in Genick des Angreifers, Werfen

## **7. Grad (2. Orangegurt)**

21. Angriff durch Messerstich von unten  
Abwehr durch Kreuzblock und Handhebel, dann Fallen ins eigene Messer
22. Angriff durch Würgen am Boden seitlich von rechts  
Abwehr durch Kopfklemmer mit dem Fuß, Armhebel und Fersenkick
23. Angriff durch Fauststoß rechts  
Abwehr durch Karate-Technik: Ausweichen und Block links, Innenhandkante rechts zum Hals, Niederdrücken und Handkante in den Nacken rechts, Werfen über gestrecktes Bein (Fauststoß)
24. Angriff durch seitlichen Messerstoß  
Abwehr durch Block, Fußfegen und Armhebel, Waffe wegnehmen
25. Angriff Schwitzkasten  
Abwehr Nasenhebel (Nasenwurzel!) mit linker Hand nahe (zwischen den Köpfen), zu Boden bringen, Schlag
26. Angriff durch Fauststoß  
Abwehr durch Handkante, Haarefassen und Kniekick zum Kopf
27. Angriff durch Fassen am Handgelenk (diagonal)  
Abwehr Kipphandhebel, zu Boden bringen
28. Angriff durch Klammern von hinten, Arme eingeklemmt  
Abwehr durch Durchrutschen nach unten (Körperspannung aufheben), Gegner mitziehen, Fußkick nach oben
29. Angriff durch Stockschlag von oben  
Abwehr durch Ausweichen nach links, Ableiten des Schlages (rechter Fuß zurück), zu Boden drücken (Kreisbewegung; Körperstreckhebel mögl.), Schlag, Waffe wegnehmen
30. Angriff: Gegner zwischen den Beinen am Boden (Schläge, Würgen,...)  
Abwehr durch Wegschlagen von einem Knie des Angreifers mit der Ferse, Gegner seitlich wegdrehen, mitdrehen und auf Angreifer sitzen, Schlag zum Kopf

## **6.Grad (1. Grüngurt)**

31. Angriff durch Schwitzkasten  
Abwehr durch Ellenbogenstoß, seitlich würgenden Arm fassen und zur Seite drehen, fallen lassen (Gegner fliegt oben drüber), Schlag
32. Angriff durch Würgen von vorne  
Abwehr durch Handkantenschlag in die Nieren, Ausbrechen (nach oben) und Fauststoß
33. Angriff durch Messer von oben  
Abwehr durch Block, fassen, Körperdrehung nach außen (unter Waffenhand durch), Messer in Bauch des Angreifers stoßen
34. Angriff durch Würgen von hinten  
Abwehr durch Drehung, Armhebel und Werfen über gestrecktes Bein
35. Angriff durch Reverfassen mit beiden Händen  
Abwehr durch Kipphandhebel an einer Hand nach außen
36. Angriff durch (Aufwärts-) Fußkick  
Abwehr durch Terrortechnik: Ausweichen nach rechts, Fuß fangen mit links, Kralle am Kehlkopf rechts, Knie zwischen die Beine, werfen, Fauststoß in Genitalbereich
37. Angriff durch Umklammern von hinten (Arme frei)  
Abwehr durch Brechen, Handhebel, Körperdrehung und Armhebel
38. Angriff durch Haare - Anfassen von hinten  
Abwehr durch Hand fixieren, Knöchelhebel, Drehung und Armhebel, Armhebel auf der Schulter, Ellenbogenschlag links zum Kopf, rechts in die Nieren
39. Angriff durch Fauststoß  
Abwehr durch Block mit linker Hand nach innen, rechte Hand fasst und zieht an, linke Hand packt den Angreifer am Genick und zieht ihn her, während die rechte Hand auf den Halsnervenpunkt geht
40. Angriff durch Klammern von vorne (Arme eingeklemmt)  
Abwehr durch Ausbrechen und in Knie runtergehen, Knie des Angreifers umklammern und ruckartig hochziehen während Schulter umstößt

## 5. Grad (2. Grüngurt)

41. Angriff durch Messerstoß zum Solarplexus  
Abwehr durch Kreuzblock (linke Hand oben), Handhebel, Rühren am Boden, Arm- und Handhebel, Waffe sichern
42. Angriff: 2 Angreifer fassen je eine Hand mit beiden Händen  
Abwehr durch Seitkick zu einem Angreifer und Ausdrehen, danach Abjaki zu anderem Angreifer und Armhebel nach unten
43. Angriff durch Hand fassen  
Abwehr durch Kavaliersgriff: Drehen, Arm- und Handhebel
44. Angriff durch Würgen von hinten (weit)  
Abwehr durch Unterlaufen, Handkantenschlag und Fauststoß
45. Angriff durch Körperklammern vorn (Arme frei)  
Abwehr durch Handkante gegen den unteren Nasenansatz, werfen über gestrecktes Bein (Außensichel)
46. Kampfstellung: Dreh-Fußkick (beidseitig)
47. Angriff durch Fassen am Revers  
Abwehr durch Handgelenk fassen und Daumenhebel
48. Angriff durch Fassen am Handgelenk  
Abwehr durch Schockschlag zum Schienbein, Hand(Arm-)hebel und Fußkick
49. Angriff durch Würgen von vorne  
Abwehr mittels Schockschlag zum Bauch, Fingerhebel und Kniekick (Fußkick)
50. Angriff durch Fassen beider Handgelenke  
Abwehr durch Aikido-Technik (außen antäuschen, nach innen drehen)

#### **4. Grad (1. Blaugurt)**

51. Angriff durch Fauststoß rechts (oder links)  
Abwehr durch linke (bzw. rechte) Handkante, Haarefassen, Hüftwurf
52. Angriff durch Würgen  
Abwehr Terrortechnik: linke Hand an die Schulter des Angreifers, Kralle am Kehlkopf rechts, Fußfegen
53. Angriff durch Fauststoß rechts  
Abwehr durch linke Handkante und Handrückschlag auf das Gesicht
54. Angriff: Opfer liegt auf Boden: Angreifer schlägt mit Fuß auf Kopf ein  
Abwehr durch Block mit beiden Händen, Fassen des Fußes, auf den Fuß hinaufdrehen (Angreifer fällt mit Rücken zu Boden)
55. Angriff durch Messerstich zum Solarplexus  
Abwehr durch Parade mit beiden Handkanten, Kralle am Kehlkopf, Werfen über gestrecktes Bein, Waffe sichern
56. Angriff durch Fauststoß  
Abwehr durch Block mit Links in einer Kreisbewegung nach außen, Handhebel mit rechter Hand, linke schlägt in Ellenbeuge und Handhebel unter Achsel des Angreifers, drücken des Halsnervenpunktes
57. Angriff durch Fauststoß rechts  
Abwehr durch linke Handkante, Haare fassen, Ellenbogenschlag auf den Hinterkopf und Kniekick rechts
58. Angriff durch Fassen beider Arme von hinten  
Abwehr durch Schritt zurück, Finger spreizen, Arme nach vorne stoßen (Festhaltegriff bricht), Ellenbogenstoß nach hinten
59. Angriff durch Fassen beider Arme von hinten und Zusammendrücken  
Abwehr durch Körperdrehung nach links, linke Hand fasst Rechte des Angreifers, befreien der rechten Hand des Verteidigers, Kipphandhebel an rechter Hand des Angreifers
60. Angriff durch Fauststoß von vorn  
Abwehr durch Ausweichen (nach links), rechte Schulter fassen, Fußfegen, Kick

### **3. Grad (2. Blaugurt)**

61. Angriff durch Haare fassen von hinten  
Abwehr durch unterlaufen und Aikido-Technik
62. Angriff durch Würgen von vorne  
Abwehr durch Hakenschlag von oben, Ellenbogen- und Fauststoß
63. Angriff durch Körperklammern (von vorne)  
Abwehr durch Daumenstachel hinter den Ohren
64. Angriff durch Würgen von hinten mit einem Arm  
Abwehr durch Schulterwurf
65. Angriff durch Würgen von vorne  
Abwehr durch Judotechnik: rechte Hand fasst linke Schulter, linke Hand rechten Unterarm, Drehung nach links, Fußfegen, Fauststoß
66. Angriff durch seitlichen Messerstich  
Abwehr durch Ausweichen nach links, Block nach rechts mit beiden Händen und fassen, links Handrückschlag (Schockschlag) auf Kopf, gestreckter Armhebel, Waffe wegnehmen
67. Angriff durch Kopfklammer von vorne, unten  
Abwehr durch Schockschlag zum Genitalbereich, Handhebel mit rechter Hand, Unterarmhebel und zu Boden drücken
68. Angriff durch Fauststoß  
Abwehr durch Ausweichen nach links, Rundkick rechts gegen den Solarplexus, Handkante gegen den Hals
69. Angriff durch Klammern von hinten, beide Arme eingeklemmt  
Abwehr durch in die Hocke gehen, Schulterwurf rechts
70. Angriff durch Klammern von hinten (Arme frei)  
Abwehr durch Hüftrad (Arm um Kopf)

## **2. Grad (1. Braungurt)**

71. Angriff durch Aufwärts-Fußkick rechts  
Abwehr durch Kreuzblock, Fußhebel, zu Boden drücken und Haare fassen
72. Angriff durch Klammern von hinten (Arme frei)  
Abwehr durch Knöchel von Handrücken drücken oder schlagen
73. Angriff durch Würgen mit einer Hand von hinten (nach hinten ziehen)  
Abwehr durch Fußstrecken, seitlich rollend wegrehen / fallen lassen (Gegner oben drüber)
74. Angriff durch Klammern unten (Ringergriff)  
Abwehr durch Fallenlassen nach hinten, Schlag
75. Angriff durch Anfassen des linken Handgelenks und Herziehen  
Abwehr durch Ausdrehen und Ellenbogenstoß gegen den Solarplexus, Handkantenschlag rechts gegen den Hals
76. Angriff durch Haare fassen vorne  
Abwehr mittels Handhebel (linker Fuß zurück)
77. Angriff durch Stockschlag von oben  
Abwehr wie Messer von oben (Block links, Schockschlag rechts, Armhebel) Waffe sichern
78. Angriff durch Haare anfassen von vorne  
Abwehr durch Handhebel, Unterlaufen und Armhebel
79. Angriff: Verteidiger auf Boden: Würgen über Kopf  
Abwehr durch Schockschlag, rechte Hand unter linker Achsel des Abgreifers durchführen, Kopf folgt, mit Füßen abdrücken und Ellenbogenhebel
80. Angriff durch Stockstich  
Abwehr durch Ausweichen und Stock fassen, Stock in Handgelenkhebel drehen und wegnehmen, Angreifer gewinnt Abstand und setzt mit Vorwärtsfußkick nach, Ausweichen und Fuß unter Achsel sichern, Stockhebel auf Schienbein

## **1. Grad (2. Braungurt)**

81. Angriff durch Würgen von vorne  
Abwehr durch Schockschlag zum Solarplexus, Fassen am linken Ellenbogen mit der rechten Hand, Nasenhebel mit der linken Hand, Niederdrücken
82. Angreifer liegt am Boden  
Anwendung des "Aufsteher-Griffs": links abknien, rechtes Ellenbogengelenk über rechtes Knie hebeln (Austauschtechnik)
83. Angriff durch Festhalten der Hand  
Abwehr durch Ausdrehen, Handrückenschlag links und Ellenbogenstoß rechts
84. Angriff durch Jacke anfassen von hinten (rechts)  
Abwehr durch Ausfallschritt nach rechts, Schockschlag zum Unterleib, mit dem linken Arm übergreifen und nach unten drücken
85. Angriff durch Würgen seitlich am Boden  
Abwehr durch Kopf und Körper ausdrehen, Armhebel, Angreifer zur Rolle zwingen
86. Angriff durch Würgen von hinten  
Abwehr durch Ausweichen, linker Fuß zurück, Handkantenschlag nach hinten werfen
87. Angriff durch Fauststoß  
Abwehr durch Ausweichen nach links, Block links und Ellenbogenstoß rechts
88. Angriff durch Fußkick  
Abwehr durch Terrortechnik: Ausweichen nach rechts, Fuß fangen mit links, Kralle am Kehlkopf rechts, Knie zwischen die Beine, Fauststoß
89. Angriff durch Klammern von hinten (Arme eingeklemmt)  
Abwehr durch Hüfte nach hinten schieben, Fuß des Angreifers zwischen den Beinen fassen, werfen, umdrehen, Kick
90. Angriff durch Umklammern von hinten (Arme frei)  
Abwehr durch Schockschlag zum Fuß/Kopf, Griff brechen, Fingerhebel, Schlag

## **1. DAN (1. Schwarzgurt)**

- a) Vorkenntnisse der vorhergehenden Grade
- b) Folgende Techniken sind weitgehend in Kombination gegen je einen Angriff nach freier Wahl des Prüflings vorzuführen:
  - Pressluftschlag
  - Halbkreisfußtritt vorwärts
  - Beinbeugehebel
  - Armriegel von innen
  - Beindurchzug
  - Körperabbiegen
  - Körperrückstoß
  - Hüftfegen
  - Eckenwurf
  - Scherenwurf
- c) Freie Abwehr angesagter Angriffe
- d) Freie Abwehr von zwei angreifenden Gegnern:
  - Mit Kontakt
  - Ohne Kontakt
  - Mit Waffen (Stock, Messer, Faustfeuerwaffen, Kette)
- e) Allkampf - Freikampf
- f) Abwehrhandlungen in Notwehrsituationen
- g) -bruchtest nach Wahl des Prüflings (der angestrebten Graduierung entsprechend)
- h) Theorie: Notwehr §§ 32,33 StGB