

Prüfungsprogramm

Jiu-Jitsu

Nihon Jiu-Jitsu



Verband asiatischer Kampfkünste e.V./ Vak e.V.

Erstellt von den Fachwarten Jiu-Jitsu Rudolf Gabert und Mike Brauer unter Mitwirkung von „Orcas“, „Keikantai“ und Thomas Moser// Stand Januar 2024

Technik gegen*	Kyu-Bereich					Dan-Bereich			
(siehe unten*)	5	4	3	2	1	1	2	3	4
	Fallschule								
	Theorie über Budo (auch praxisbezogen)// zum 1.Dangrad Ausarbeitung, ab 2.Dan Ausarbeitung oder Lehrprobe (ca. 5 Minuten; Technik/en nach Ansage der Prüfer)								
Handgelenkfassen	1	2	3	4	5	8	8	10	10
Würgen	1	2	3	4	5	8	8	10	10
Umklammern	1	2	3	4	5	5	8	10	12
Jacke-/Haarefassen (je ½)	2	2	4	4	6	8	10	12	14
Fauststoß und -schlag	1	2	3	4	5	6	8	10	12
Schwitzkasten	1	2	3	4	5	6	8	10	10
Doppelnelson	1	2	3	4	5	6	6	8	8
Fußtritt	1	2	3	4	5	6	6	8	10
Aufhebetechnik (Möglichkeit der Weiterführung in:)	1	2	3	4	5	6	7	8	8
Transporttechnik	1	2	3	4	5	6	7	8	8
Teilbereich Waffenangriffe									
Messer	1	2	3	4	5	6	6	8	8
Stock	1	2	3	4	5	10	10	10	12
Strangulation	1	2	3	4	5	6	6	8	8
Teilbereich ...									
Haltegriffe	1	2	3	4	5	6	8	9	10
Würfe	1	2	3	4	5	10	12	14	16
Hebel	1	2	3	4	5	6	6	8	8
Würgegriffe	1	2	3	4	5	6	6	8	8
Gegentechniken/ Weiterführungstechniken (gemeint sind Techniken nach erfolgreicher Reaktion des Angreifers)	1	2	3	4	5	8	10	12	15
Bodentechniken									
Angreifer ebenfalls am Boden	1	2	3	4	5	8	10	12	15
Angreifer stehend	1	2	3	4	5	6	6	8	8
Freie Angriffe (siehe unten**)				nach Ansage Prüfer		nach Ansage Prüfer			
Hanbo-Techniken	1	2	3	4	5	8	10	10	10
Alltagsgegenstände (s.u.***)							2	4	6
Vorbereitungszeit in Monaten	6	6	9	9	12	12	24	36	48

Erläuterungen:

* Die Angriffe können von vorne, hinten, der Seite stattfinden; auch andere Angriffsarten mit dem Schwerpunkt sind möglich (Bsp.: bei Würgen von hinten -> Würgen mit dem Unterarm)

** Möglichkeiten (auch andere denkbar): vom Stand in den Boden (im Stand sind Körpertreffer erlaubt, keine Treffer/Kicks zum Kopf) bei Bedarf Einsatz dünner Schützer (Spann, offene Handschuhe), im Stand bleiben; Boden – Boden...

*** Alltagsgegenstände in der Größe Kubotan (z.B. Kugelschreiber), Kurzstock (z.B. Miniregenschirm) oder Hanbo (z.B. Schirm od. Spazierstock).