

Dojo Neubiberg	Prüfungsprogramm für Jiu-Jitsu					2019					
		Kyū - Grade					Dan - Grade				
		5	4	3	2	1	1	2	3	4	5
Voraussetzung:	Vorbereitungszeit	6 Mo	6 Mo	6 Mo	6 Mo	6 Mo	1 Jahr	2 Jahre	3 Jahre	4 Jahre	5 Jahre
	Trainingsnachweis	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
	Lehrgangsnachweis, freiwillig bis 1. Dan	0	1	2	3	4	5	7	10	14	20
	Erste-Hilfe-Nachweis	0	0	0	0	0	x	x	x	x	x
	Theorie über Budosport	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
	Fallschule	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
Greif-Angriffe											
	Handgelenkfassen	1	2	3	4	5	6	8	10	12	14
	Jackenfassen	1	2	3	4	5	6	8	10	12	14
	Umklammerung	1	2	3	4	5	6	8	10	12	14
	Würgen	1	2	3	4	5	6	8	10	12	14
	Haarfassen	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	Schwitzkasten	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	Doppelnelson	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	In Bodenlage gegen knieenden Gegner	1	2	3	4	5	5	5	5	5	6
Schlag- und Tritt-Techniken											
	Fauststoß, Schwinger, Schubsen...	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	Fußtritte	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	In Bodenlage gegen stehenden Gegner	1	2	3	4	5	5	5	5	5	5
Judo-Techniken											
	Judowürfe	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	Judohaltegriffe	1	2	3	4	5	5	6	7	7	7
	Würgetechniken	1	2	3	4	5	5	5	5	6	6
Waffen-Angriffe											
	Strangulation	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	Stockangriff	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	Pistolenbedrohung	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	Messerangriff	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Spezial-Techniken											
	Transportgriffe	4	6	8	10	12	12	12	12	12	12
	Festlegetechniken	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	Gegentechniken	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	Hanbo-Jitsu-Techniken	0	0	0	0	0	6	7	8	9	10
	Atemipunkte (sind im Programm zu zeigen)	0	0	0	0	0	3	6	9	12	15
	Abwehr gegen 2 bis 4 Angreifer	0	0	0	0	0	2	3	3	4	4
	Kata, freiwillig ab 1. Dan	0	0	0	0	0	1	1	2	2	3
Anzahl der Techniken		24	46	68	90	112	134	156	178	200	222