

1. Grundtechniken:

	5. Kyu	4. Kyu	3. Kyu	2. Kyu	1. Kyu	1. Dan-Grad
Vorbereitungszeit	Je 1 Jahr					
1. Fall- und Rolltechniken	3	6	- gesamte Fallschule			
2. Ausweichtechniken	2	3	4	5	8	12
3. Blocktechniken	2	4	6	8	8	10
4. Schlagtechniken	2	4	6	8	8	20
5. Fußtechniken	1	2	4	5	7	12
6. Wurftechniken	2	4	6	8	10 & 2 Kombi- /Konter- techniken	25 & 3 Kombinationen (Renzoku- waza)/3 Gegentechniken (Kaeshi-waza)
7. Hebeltechniken	2	4	6	8	10	30
8. Würgetechniken	2	4	6	8	10	15
9. Festlegetechniken	1	2	3	4	6	12
10. Transporttechniken	1	2	3	4	5	10

**2. Abwehrtechniken
- gegen:**

2.1. Hand-/Armerfassen	1	4	6	8	10	20
2.2. Revers-/Kragenerfassen	2	4	6	7	8	15
2.3. Haarzug	1	2	3	3	3	10
2.4. Würgen	2	4	6	7	8	15
2.5. Brustumklammerungen	2	4	6	7	8	15
2.6. Kopfumklammerungen	1	2	3	4	5	10
2.7. Nelson/Doppelnelson	—	—	1	2	3	3
2.8. Fußangriffe	1	2	4	6	8	15
2.9. Faustangriffe	1	2	4	5	6	15
2.10. Stockangriffe	1	2	4	6	8	15
2.11. Messerangriffe	—	2	4	6	8	10
2.12. bewegliche Gegenstände	—	—	1	2	4	4
2.13. Faustfeuerwaffe	—	1	2	4	5	5

**3. Freie Abwehr
- gegen:**

3.1. angesagte Angriffe mit Kontakt	—	einen Gegner	mehrere Gegner
3.2. angesagte Angriffe ohne Kontakt	—	einen Gegner	mehrere Gegner
3.3. angesagte Angriffe mit Waffen (Stock, Messer, Kette, andere Gegenstände, Pistole)	—	einen Gegner	mehrere Gegner
3.4. freie Angriffe mit Kontakt	—	einen Gegner	mehrere Gegner
3.5. freie Angriffe ohne Kontakt	—	einen Gegner	mehrere Gegner
3.6. freie Angriffe mit Waffen (Stock, Messer, Kette, andere Gegenstände, Faustfeuerwaffe)	—	einen Gegner	mehrere Gegner

4. Prüfungsprogramm 1. Dan Jiu-Jitsu/SV

Bedingungen:

- siehe Prüfungsverfahrensordnung
- entsprechende Pflichtlehrgänge
- Nachweis einer aktuellen 1. Hilfe-Ausbildung

Vorkenntnisse: Beherrschung des gesamten technischen Programms der Kyu-Grade auf hohem, einem Meistergrad entsprechenden Niveau.

Abwehrtechniken: Abwehr eines frei angreifenden Gegners. Die Angreifer wechseln mindestens 3x.
Es sollen bis zu 60 Techniken demonstriert werden.

Wurftechniken: Es sind 25 Wurftechniken aus oder außerhalb der Gokyo SV-bezogen zu demonstrieren.
3 Kombinationen (Renzoku-waza)/3 Gegentechniken (Kaeshi-waza)

Lehrbefähigung: Diese ist durch einen Lehrbefähigungsnachweis oder ÜL/Trainer-Lizenz nachzuweisen.

Theorie: Ausführungen zu den gesetzlich Bestimmungen, die bei der Anwendung des Jiu-Jitsu/SV zu beachten sind und Erklärung der Etikette.



Kurzübersicht Prüfungsprogramm Jiu-Jitsu/SV der WKU/GCO



5. Prüfungsprogramm 2. Dan Jiu-Jitsu/SV

- Bedingungen:
- siehe Prüfungsverfahrensordnung
 - entsprechende Pflichtlehrgänge
 - Nachweis einer aktuellen 1. Hilfe-Ausbildung
- Vorkenntnisse: Beherrschung des gesamten technischen Programms der Kyu-Grade und des 1. Dan-Grades auf hohem, einem 2. Meistergrad entsprechenden Niveau.
- Abwehrtechniken: Abwehr eines frei angreifenden Gegners. Die Angreifer wechseln mindestens 3x.
Der Schwerpunkt liegt auf der Abwehr von Waffen und gefährlichen Gegenständen.
Es sollen bis zu 50 Techniken demonstriert werden.
Abwehr von 2 frei angreifenden Gegnern mit und ohne Waffen.
Es sollen bis zu 40 Techniken demonstriert werden. Angriffe sind auf beiden Seiten zu führen.
- Wurftechniken: 5 Kombinationen (Renzoku-waza)/5 Gegentechniken (Kaeshi-waza)
- Lehrbefähigung: Diese ist durch einen Lehrbefähigungsnachweis oder ÜL/Trainer-Lizenz nachzuweisen.

6. Prüfungsprogramm 3. Dan Jiu-Jitsu/SV

- Bedingungen:
- siehe Prüfungsverfahrensordnung
 - entsprechende Pflichtlehrgänge
 - Nachweis einer aktuellen 1. Hilfe-Ausbildung
- Vorkenntnisse: Beherrschung des Prüfungsprogramms bis zum 2. Meistergrad auf höchstem, dem 3. Dan-Grad entsprechenden technischen Niveau.
- Abwehrtechniken:
- Beispiele von Abwehrserien gegen mehrere Gegner
 - 4 Abwehrhandlungen in Nothilfesituationen nach freier Wahl
 - 15 Abwehrtechniken mit dem Stock
- Wurftechniken: Es sind 25 Wurftechniken aus oder außerhalb der Gokyo SV-bezogen zu demonstrieren.
3 Kombinationen (Renzoku-waza)/3 Gegentechniken (Kaeshi-waza)
- Kyusho- und Ate-waza: Demonstration und Erläuterungen (die Gefährlichkeit und deren Auswirkung auf den menschlichen Körper).



Kurzübersicht Prüfungsprogramm Jiu-Jitsu/SV der WKU/GCO



7. Prüfungsprogramm 4. Dan Jiu-Jitsu/SV

Bedingungen:

- siehe Prüfungsverfahrensordnung
- entsprechende Pflichtlehrgänge
- Nachweis einer aktuellen 1. Hilfe-Ausbildung
- Nachweis über zwei selbstständig durchgeführte Lehrgänge auf Landesebene

Abwehrtechniken: Eine Demonstration von SV-bezogenen Techniken aus verschiedenen Budo-Praktiken (hier sollen mindestens 30 Techniken vorgeführt und erläutert werden).

Lehrbefähigung: Diese ist durch einen Lehrbefähigungsnachweis oder ÜL/Trainer-Lizenz nachzuweisen.

Theorie: 15-minütiger Vortrag über Wesen und Geschichte der Budo-Disziplinen.

8. Prüfungsprogramm 5. Dan Jiu-Jitsu/SV

Bedingungen:

- siehe Prüfungsverfahrensordnung
- entsprechende Pflichtlehrgänge
- Nachweis einer aktuellen 1. Hilfe-Ausbildung
- Nachweis über 3 selbstständig durchgeführte Lehrgänge auf mindestens Landesebene
- aktive Mitarbeit in der WKU/GCO, mindestens auf Landesebene.

Abwehrtechniken: Ein Sonderprogramm eigener Wahl ist in Theorie und Praxis zu gestalten. Der praktische Teil sollte mindestens 60 Minuten umfassen.