

Prüfungsfächer 5. Kyu (Gelbgurt)		
1	<b>Falltechniken</b>	1.1. Sturz seitwärts
2	<b>Bodentechniken</b>	2.1. Haltetechnik in seitlicher Position und Übergang in die Kreuzposition 2.2. Haltetechnik in Kreuzposition und Übergang in die Reitposition
3	<b>Abwehrtechniken</b>	3.1. Passivblock am Kopf 3.2. Passivblock am Rumpf 3.3. Abwehrtechnik mit der Hand (2 Ausführungen) 3.4. Grifflösen 3.5. Griffsprennen
4	<b>Atemitechniken</b>	4.1. Handballentechnik 4.2. Knietechnik 4.3. Hammerfaustschlag
5	<b>Würge- / Nervendrucktechniken</b>	Zu dieser Graduierung wird dieses Prüfungsfach nicht geprüft
6	<b>Hebeltechniken</b>	6.1. Armhebel im Stand 6.1.1. Armstreckhebel zum Boden 6.2. Armhebel am Boden 6.2.1. Seitstreckhebel 6.3. Körperabbiegen
7	<b>Wurftechniken</b>	7.1. Beinstellen
8	<b>Stockabwehr /-anwendung</b>	Zu dieser Graduierung wird dieses Prüfungsfach nicht geprüft
9	<b>Messerabwehr</b>	Zu dieser Graduierung wird dieses Prüfungsfach nicht geprüft
10	<b>Weiterführungstechniken</b>	Zu dieser Graduierung wird dieses Prüfungsfach nicht geprüft
11	<b>Gegentechniken</b>	Zu dieser Graduierung wird dieses Prüfungsfach nicht geprüft
12	<b>Freie Selbstverteidigung</b>	12.1. Verteidigung gegen 3 von 5 angesagten Angriffen.
13	<b>Anwendungsformen</b>	13.1. Demonstration von Handballentechniken gegen Pratzen oder Schlagpolster. 13.1.1. Führhand, Schlaghand 13.1.2. Führhand, Schlaghand, Hammerfaust 13.2. Anwendung der demonstrierten oder anderer Handballentechniken in Kombination 13.2.1. gegen einen Partner mit Pratzen oder 13.2.2. gegen einen Partner mit passender Schutzausrüstung.
14	<b>Bewegungsformen</b>	Zu der Bewertung dieses Prüfungsfaches werden die Bewegungsformen herangezogen, die im Verlauf der Abwehrhandlungen gezeigt werden. Der Prüfer hat die Möglichkeit, in Ausnahmefällen folgende Formen gesondert zu prüfen: 14.1. Auspendeln 14.2. Gleiten 14.3. Körperabdrehen 14.4. Schrittdrehung
15	<b>Kombinationen / Vielfältigkeit</b>	Sinnvolle Technikkombinationen während der gesamten Prüfung
16	<b>Angriffs- / Partnerverhalten</b>	Verhalten als Prüfling wie auch als Partner während der gesamten Prüfung

Stand 27.02.2023

Prüfungsfächer 4. Kyu (Orangegurt)		
1	<b>Falltechniken</b>	1.1. Rolle vorwärts in den Stand 1.2. Rolle rückwärts in den Stand
2	<b>Bodentechniken</b>	2.1. Befreiung aus Haltetechnik in seitlicher Position 2.2. Befreiung aus Haltetechnik in Kreuzposition 2.3. Befreiung aus Haltetechnik in Reitposition
3	<b>Abwehrtechniken</b>	3.1. Unterarmblock nach innen 3.2. Unterarmblock nach außen
4	<b>Atemitechniken</b>	4.1. Fußtechnik vorwärts 4.2. Fauststoß 4.3. Faustschlag (2 Ausführungen)
5	<b>Würge- / Nervendrucktechniken</b>	Zu dieser Graduierung wird dieses Prüfungsfach nicht geprüft
6	<b>Hebeltechniken</b>	6.1. Armhebel im Stand 6.1.1. Verriegelter Armbeugehebel 6.2. Armhebel am Boden 6.2.1. Verriegelter Armbeugehebel
7	<b>Wurftechniken</b>	7.1. Hüftwurf 7.2. Große Außensichel
8	<b>Stockabwehr /-anwendung</b>	Zu dieser Graduierung wird dieses Prüfungsfach nicht geprüft
9	<b>Messerabwehr</b>	Zu dieser Graduierung wird dieses Prüfungsfach nicht geprüft
10	<b>Weiterführungstechniken</b>	10.1. Weiterführung eines verriegelten Armbeugehebels im Stand
11	<b>Gegentechniken</b>	11.1. Gegentechniken gegen Wurftechniken 11.1.1. Gegentechnik gegen Beinstellen 11.2. Gegentechnik gegen Hebeltechniken im Stand 11.2.1. Gegentechnik gegen einen verriegelten Armbeugehebel im Stand
12	<b>Freie Selbstverteidigung</b>	12.1. Verteidigung gegen 4 von 6 angesagten Angriffen.
13	<b>Anwendungsformen</b>	13.1. Demonstration von Fausttechniken gegen Pratzen oder Schlagpolster. 13.1.1. Führhand, Schlaghand, Faustschlag zum Kopf 13.1.2. Führhand, Schlaghand, Körperhaken 13.2. Anwendung der demonstrierten oder anderer Fausttechniken in Kombination 13.2.1. gegen einen Partner mit Pratzen oder 13.2.2. gegen einen Partner mit passender Schutzausrüstung
14	<b>Bewegungsformen</b>	Zu der Bewertung dieses Prüfungsfaches werden die Bewegungsformen herangezogen, die im Verlauf der Abwehrhandlungen gezeigt werden. Der Prüfer hat die Möglichkeit, in Ausnahmefällen folgende Formen gesondert zu prüfen: 14.1. Ausfallschritt mit dem vorderen Bein 14.2. Ausfallschritt mit dem hinteren Bein 14.3. Doppelschrittdrehung
15	<b>Kombinationen / Vielfältigkeit</b>	Sinnvolle Technikkombinationen während der gesamten Prüfung
16	<b>Angriffs- / Partnerverhalten</b>	Verhalten als Prüfling wie auch als Partner während der gesamten Prüfung

Stand 27.02.2023

Prüfungsfächer 3. Kyu (Grüngurt)		
1	<b>Falltechniken</b>	1.1. Sturz vorwärts 1.2. Sturz rückwärts
2	<b>Bodentechniken</b>	2.1. Haltetechnik in Verteidigungsposition bei eigener Rückenlage (Full Guard) 2.2. Aus eigener Rückenlage in die Oberlage gelangen. 2.3. Befreiung aus der Haltetechnik in Rückenlage (s.2.1) (Guard Pass)
3	<b>Abwehrtechniken</b>	3.1. Abwehrtechnik mit der Hand 3.1.1. Dreierkontakt (Ausführung beliebig) 3.1.2. Nach freier Wahl des Prüflings. (3 Ausführungen)
4	<b>Atemitechniken</b>	4.1. Ellbogentechnik (2 Ausführungen) 4.2. Lowkick
5	<b>Würge- / Nervendrucktechniken</b>	5.1. Nervendrucktechnik 5.1.1. Drosselgrubendruck 5.2. Würgetechnik mit Armen oder Händen 5.2.1. Schränkwürgen
6	<b>Hebeltechniken</b>	6.1. Handgelenkhebel 6.1.1. Handbeugehebel 6.2. Fingerhebel 6.2.1. Fingerstreckhebel
7	<b>Wurftechniken</b>	7.1. Schulterwurf 7.2. Große Innensichel 7.3. Beingreifer 7.3.1. Doppelhandsichel von vorne
8	<b>Stockabwehr /-anwendung</b>	8.1. Stockabwehr gegen Angriffswinkel 1 und 2
9	<b>Messerabwehr</b>	Zu dieser Graduierung wird dieses Prüfungsfach nicht geprüft
10	<b>Weiterführungstechniken</b>	10.1. Weiterführung von Hebeltechniken (2 Ausführungen) 10.2. Weiterführung von Atemitechniken (1 Ausführung)
11	<b>Gegentechniken</b>	11.1. Gegentechnik gegen Handbeugehebel im Stand 11.2. Gegentechnik gegen eine weitere Hebeltechnik im Stand nach eigener Wahl 11.3. Gegentechnik gegen Hüftwurf 11.4. Gegentechnik gegen eine weitere Wurftechnik nach eigener Wahl
12	<b>Freie Selbstverteidigung</b>	12.1. Verteidigung gegen 4 von 8 angesagten Angriffen.
13	<b>Anwendungsformen</b>	13.1. Demonstration von Atemitechniken gegen Prätzen oder Schlagpolster. 13.1.1. Führhand, Schlaghand, Lowkick 13.1.2. Führhand, Schlaghand, Führhand, Beintechnik 13.2. Anwendung der demonstrierten und anderer Atemitechniken in Kombination 13.2.1. gegen einen Partner mit Prätzen oder 13.2.2. gegen einen Partner mit passender Schutzausrüstung
14	<b>Bewegungsformen</b>	Zu der Bewertung dieses Prüfungsfaches werden die Bewegungsformen herangezogen, die im Verlauf der Abwehrhandlungen gezeigt werden. Der Prüfer hat die Möglichkeit, in Ausnahmefällen folgende Formen gesondert zu prüfen: 14.1. Übersetzschritte
15	<b>Kombinationen / Vielfältigkeit</b>	Sinnvolle Technikkombinationen während der gesamten Prüfung
16	<b>Angriffs- / Partnerverhalten</b>	Verhalten als Prüfling wie auch als Partner während der gesamten Prüfung

Stand 27.02.2023

<b>Prüfungsfächer 2. Kyu (Blaugurt)</b>		
1	<b>Falltechniken</b>	1.1. Falltechniken unter Einwirkung des Partners
2	<b>Bodentechniken</b>	2.1. Verteidigung gegen Schlagangriffe in der eigenen Rückenlage. Angreifer kniet zwischen den Beinen. 2.2. Verteidigung gegen Schlagangriffe in der eigenen Rückenlage. Der Angreifer befindet sich in der Reitposition.
3	<b>Abwehrtechniken</b>	3.1. Abwehrtechnik mit dem Fuß oder Unterschenkel (2 Ausführungen) 3.2. Abwehrtechnik mit der Hand oder Arm mit gleichzeitiger Störtechnik oder Gunting
4	<b>Atemitechniken</b>	4.1. Handkantentechnik 4.2. Fußtechnik abwärts 4.3. Fußtechnik seitwärts
5	<b>Würge- / Nervendrucktechniken</b>	5.1. Nervendrucktechnik (2 Ausführungen) 5.2. Würgetechnik mit Verwendung der Kleidung (2 Ausführungen)
6	<b>Hebeltechniken</b>	6.1. Armhebel im Stand 6.2. Armhebel am Boden 6.3. Handgelenkhebel 6.4. Fingerhebel 6.5. Beinhebel
7	<b>Wurftechniken</b>	7.1. Hüftfegen 7.2. Rückriss
8	<b>Stockabwehr /-anwendung</b>	8.1. Stockabwehr gegen Angriffswinkel 1 bis 4
9	<b>Messerabwehr</b>	9.1. Messerabwehr gegen Angriffswinkel 1 und 2
10	<b>Weiterführungstechniken</b>	10.1. Weiterführung von Wurftechniken (2 Ausführungen) 10.2. Weiterführung von Atemitechniken (2 Ausführungen)
11	<b>Gegentechniken</b>	11.1. Gegentechniken gegen Hebeltechniken (2 Ausführungen) 11.2. Gegentechniken gegen Wurftechniken (2 Ausführungen)
12	<b>Freie Selbstverteidigung</b>	12.1. Verteidigung gegen 2 aus einer Gruppe angesagten Angriffen.
13	<b>Anwendungsformen</b>	13.1. Demonstration von Atemitechniken und Wurftechniken nach hinten gegen Prätzen oder Schlagpolster. 13.1.1. Führhand, Schlaghand, Führhand, Ellenbogen, Wurftechnik nach hinten 13.1.2. Führhand, Schlaghand, Körperhaken, Knietechnik 13.2. Anwendung der demonstrierten und anderer Atemi- und Wurftechniken (nach hinten) in Kombination 13.2.1. gegen einen Partner mit Prätze oder 13.2.2. gegen einen Partner mit passender Schutzausrüstung
14	<b>Bewegungsformen</b>	Freie Bewegungsformen im Stand
15	<b>Kombinationen / Vielfältigkeit</b>	Sinnvolle Technikkombinationen während der gesamten Prüfung
16	<b>Angriffs- / Partnerverhalten</b>	Verhalten als Prüfling wie auch als Partner während der gesamten Prüfung

Stand 27.02.2023

Prüfungsfächer 1. Kyu (Braungurt)		
1	<b>Falltechniken</b>	Zu dieser Graduierung wird dieses Prüfungsfach nicht geprüft
2	<b>Bodentechniken</b>	2.1. Verteidigung nach erfolgter Wurftechnik (2 Ausführungen)
3	<b>Abwehrtechniken</b>	3.1. Kombinierte Abwehrtechnik (2 Ausführungen)
4	<b>Atemitechniken</b>	4.1. Fingerstich 4.2. Pressluftschlag 4.3. Atemtechnik mit dem Kopf 4.4. Halbkreisfußtritt vorwärts
5	<b>Würge- / Nervendrucktechniken</b>	5.1. Würgetechnik mit Armen oder Händen (2 Ausführungen)
6	<b>Hebeltechniken</b>	6.1. Armhebel im Stand (2 Ausführungen) 6.2. Armhebel am Boden (2 Ausführungen) 6.3. Handgelenkhebel (2 Ausführungen) 6.4. Fingerhebel 6.5. Beinhebel
7	<b>Wurftechniken</b>	7.1. Beingreifertechnik (2 Ausführungen) 7.1.1. Schaufelwurf 7.1.2. Eine weitere Beingreifertechnik nach Wahl des Prüflings 7.2. Talfallzug
8	<b>Stockabwehr /-anwendung</b>	8.1. Stockabwehr gegen Angriffswinkel 1 bis 6
9	<b>Messerabwehr</b>	9.1. Messerabwehr gegen Angriffswinkel 1 bis 5
10	<b>Weiterführungstechniken</b>	10.1. Weiterführung von Hebeltechniken (2 Ausführungen) 10.2. Weiterführung von Wurftechniken (2 Ausführungen) 10.3. Weiterführung von Atemitechniken (3 Ausführungen)
11	<b>Gegentechniken</b>	11.1. Gegentechniken gegen Hebeltechniken (2 Ausführungen) 11.2. Gegentechniken gegen Wurftechniken (2 Ausführungen)
12	<b>Freie Selbstverteidigung</b>	12.1. Verteidigung gegen 2 aus einer Gruppe angesagten Angriffen.
13	<b>Anwendungsformen</b>	13.1. Demonstration von Atemi- und Wurftechniken gegen Pratzen oder Schlagpolster, 13.1.1. Führhand, Schlaghand, Lowkick, Übergang Beingreifertechnik 13.1.2. Führhand, Schlaghand, Körperhaken, Wurftechnik nach vorne 13.2. Anwendung der demonstrierten und anderer Atemi- und Wurftechniken in Kombination 13.2.1. gegen einen Partner mit Prätze oder 13.2.2. gegen einen Partner mit passender Schutzausrüstung
14	<b>Bewegungsformen</b>	Zu dieser Graduierung wird dieses Prüfungsfach nicht geprüft
15	<b>Kombinationen / Vielfältigkeit</b>	Sinnvolle Technikkombinationen während der gesamten Prüfung
16	<b>Angriffs- / Partnerverhalten</b>	Verhalten als Prüfling wie auch als Partner während der gesamten Prüfung

Stand 27.02.2023