

Prüfungsfach	Aufgabenstellung	Name:	
Bew'formen			
Falltechniken			
Komplexaufgaben	Atemi-, Wurf- und Kontrolltechniken am passiven Partner	(1)	
		(2)	
		(3)	
		(4)	
		(5)	
Bodentechniken	Übergang vom Stand zum Boden mit anschließender Kontrolltechnik	(1)	
		(2)	
		(3)	
		(4)	
Abwehrtechniken	Abwehr gegen angesagte waffenlose Mehrfachangriffe	(1)	
		(2)	
		(3)	
	Abwehrfolge im Dreierkontakt mit freien Stör-	(1)	

	aktionen	(2)	
Atemi- techniken	Fersenschlag abwärts nach innen		
	Fersenschlag abwärts nach außen		
	weitere Atemitechnik nach Wahl des Prüfers		
	Atemi an Pratze/ Schlagpolster		
Würge- / Nerven- druck- techniken	Würgetechnik mit sonstigen Hilfsmitteln	(1)	
		(2)	
Siche- rungs- techniken	mind. 2 Techniken im Verlauf des Technik- programms		
Hebel- techniken	Handgelenk- hebel	(1)	
		(2)	
		(3)	
		(4)	
		(5)	
	Armstreck- hebel im Stand	(1)	
		(2)	
		(3)	

		(4)	
	Armstreck- hebel bei gegnerischer Bodenlage	(1)	
		(2)	
		(3)	
		(4)	
Wurf- techniken	Körperwurf		
	Selbstfallwurf	(1)	
		(2)	
		(3)	
		(4)	
weitere Wurftechnik nach Wahl des Prüfers			

Stock- abwehr / -anwen- dung	Festlege- technik mit dem Stock	(1)	
		(2)	
	Transporttechnik mit dem Stock		
	Mehrfach- angriffe mit dem Stock nach Wahl des Prüfers	Stock – Stock	
		Atemi – Stock	

		Griff – Stock	
Abwehr/ Anwendung sonstiger Waffen	Bedrohung mit dem Messer aus der Nahdistanz (mindestens einmal am Boden oder an der Wand)	(1)	
		(2)	
		(3)	
	Bedrohung mit der Faustfeuer- waffe	(1)	
		(2)	
	Weiter- führungs- techniken	Weiterführung von Hebel- techniken nach Wahl des Prüfers	(1)
(2)			
(3)			
(4)			
Weiterführung von Wurf- techniken nach Wahl des Prüfers		(1)	
		(2)	
		(3)	
		(4)	

Gegen- techniken	Gegen- techniken gegen Hebel- techniken nach Wahl des Prüfers	(1)	
		(2)	

		(3)	
		(4)	
	Gegen- techniken gegen Wurf- techniken nach Wahl des Prüfers	(1)	
		(2)	
		(3)	
		(4)	
Freie Selbst- verteidi- gung	2 Angreifer, angesagte Angriffe	3-5 x mit Stock	
		3-5 x m. bewegl. Gegen- stand	
	2 Angreifer, freie Angriffe	3-5 x mit Stock	
		3-5 x m. bewegl. Gegen- stand	
Freie An- wendungs- formen	Freie Auseinander- setzung mit Ju-Jutsu- Techniken		
Freie Dar- st./Kata			
Kombina- tionen/ Viel- fältigkeit	Sinnvolle Technik- kombinationen während der gesamten Prüfung		
Angreifer-/ Partnerver- halten	Verhalten als Prüfling wie auch als Partner während der gesamten Prüfung		