

Prüfungsfach	Aufgabenstellung	Name:
Bewegungsformen	Verteidigungsstellung	
	Auslagenwechsel	nach vorne
		nach hinten
		auf der Stelle
	Auspendeln	nach hinten
		zur Seite
	Abducken	
	Abtauchen	
	Gleiten	vorwärts
		rückwärts
		seitwärts mit dem vorderen Bein
		seitwärts mit dem hinteren Bein
	Körperabdrehen	
	Schrittdrehung	90° vorwärts
		90° rückwärts

		180° vorwärts	
		180° rückwärts	
Fall-techniken	Sturz seitwärts (re/li)		
Komplexaufgaben	<i>wird zu dieser Graduierung nicht geprüft</i>		

Boden-techniken	Halteteknik in seitlicher Position		
	Halteteknik in Kreuzposition		
	Halteteknik in Reitposition		
Abwehr-techniken	Passivblock am Kopf		
	Passivblock außen		
	Passivblock innen		
	Abwehrtechnik mit der Hand	(1)	
		(2)	
	Grifflösen		
	Griffsprengen		
Atemi-techniken	Handballentechnik		
	Knietechnik		

	Stoppfußstoß	
	Atemi an Pratte / Schlagpolster	
Würge- / Nerv'drkt.	<i>wird zu dieser Graduierung nicht geprüft</i>	
Sicherungs-techniken	mind. 2 Techniken im Verlauf des Technikprogramms	
Hebel-techniken	Armstreckhebel (Boden)	
	Körperabbiegen	
Wurf-techniken	Beinstellen	
Stockabw./-anw.	<i>wird zu dieser Graduierung nicht geprüft</i>	
Abw./Anw. Waffen	<i>wird zu dieser Graduierung nicht geprüft</i>	
Weiterf-techniken	<i>wird zu dieser Graduierung nicht geprüft</i>	
Gegen-techniken	<i>wird zu dieser Graduierung nicht geprüft</i>	
Freie Selbstvert.	<i>wird zu dieser Graduierung nicht geprüft</i>	
Freie Anwendungsformen	Freie Auseinandersetzung mit offenen Händen	
Freie Darst./Kata	<i>wird zu dieser Graduierung nicht geprüft</i>	
Kombinationen/ Vielfältigkeit	Sinnvolle Technikkombinationen während der gesamten Prüfung	
Angreifer-/ Partnerverhalten	Verhalten als Prüfling wie auch als Partner während der gesamten Prüfung	