

Prüfungsfach	Aufgabenstellung	Name:	
Bewegungsformen	Freie Bewegungsformen m. Partner mit Pratzen		
Falltechniken	Freier Fall (rechts / links)		
Komplexaufgaben	Atemi- und Wurftechniken am passiven Partner		
Bodentechniken	Überwältigung d. Gegn. in Bauch- o. Bankposition		
	Überwältigung d. Gegn. in Seiten- o. Rückenlage		
	Übergang von Haltetechnik zu Haltetechnik in Verbindung mit Hebel- oder Würgetechniken		
Abwehrtechniken	Abwehrflg i. 3er-Kontakt m. Übergang z. Hebeln		
Atemitechniken	Fingerstich oder Pressluftschlag		
	Kopfstoß oder Kopfschlag		
	Halbkreisfußtritt vorwärts		
	Atemi an Pratze/ Schlagpolster		
Würge- / Nervendrucktechniken	Würgetechnik mit Armen oder Händen	(1)	
		(2)	
Sicherungstechniken	Rückentransportgriff		
	Kopfkontrollgriff		

Hebel- techniken	Fingerhebel		
	Handgelenkhebel	(1)	
		(2)	
		(3)	
	Armbeugehebel im Stand	(1)	
		(2)	
	Armbeugehebel bei gegnerischer Bodenlage		
	Beinhebel	(1)	
		(2)	
	Wurf- techniken	Beingreifertechnik	(1)
(2)			
Selbstfallwurf			
Stock- abwehr / -anwen- dung	Stock- abwehr mit Entwaff- nungs- technik	Winkel 1	
		Winkel 2	
		Winkel 3	
		Winkel 4	

		Winkel 5	
		Winkel 6	
		Winkel 7	
		Winkel 8	
	Verteidigung mit dem Stock gegen Atemiangriffe	(1)	
		(2)	
		(3)	
		(4)	
		(5)	

Abwehr/Anwendung sonstiger Waffen	Messerabwehr in Verbindung mit Störtechnik	Winkel 1	
		Winkel 2	
		Winkel 3	
		Winkel 4	
		Winkel 5	
Weiterführungstechniken	Weiterführung einer Hebeltechnik	(1)	

		(2)	
	Weiterführung einer Wurftechnik	(1)	
		(2)	
	Weiterführung einer Atemtechnik	(1)	
		(2)	
		(3)	
Gegentechniken	Gegentechnik gegen eine Hebeltechnik	(1)	
		(2)	
	Gegentechnik gegen eine Wurftechnik	(1)	
		(2)	

Freie Selbstverteidigung	Messerstich von oben in Dolchhaltung		
	Messerstich zur Körpermitte		
	Messerstich von außen <i>oder</i> innen in Dolchhaltung		
	Stockschlag von oben		
	Stockschlag von außen		
	Angesagte Angriffe mit Kontakt	(1)	

		(2)	
		(3)	
		(4)	
	Angesagte Angriffe ohne Kontakt	(1)	
		(2)	
		(3)	
		(4)	
	Freie Anwendungsformen	Freie Auseinandersetzung mit Atemtechniken	
Freie Darst./Kata			
Kombinationen/ Vielfältigkeit	Sinnvolle Technik-kombinationen während der gesamten Prüfung		
Angreifer-/ Partnerverhalten	Verhalten als Prüfling wie auch als Partner während der gesamten Prüfung		