

Prüfungsfach	Aufgabenstellung	Name:	
Bew'formen			
Fall-techniken			
Komplex-aufgaben			
Boden-techniken	Zu-Bodenbringen des stehenden Gegners nach erfolgter Wurftechnik	(1)	
		(2)	
	Zu-Bodenbringen des stehenden Gegners aus Bauchlg. oder Bankposition	(1)	
		(2)	
	Zu-Bodenbringen des stehenden Gegners aus Rücken- oder Seitenlage	(1)	
		(2)	
Abwehr-techniken			
Atemi-techniken	Atemitechnik nach Wahl des Prüflings	(1)	
		(2)	
		(3)	
		(4)	
		(5)	

		(6)	
		(7)	
		(8)	
		(9)	
		(10)	
	Atemi an Prätze/Schlagpolster		

Würge- / Nerven- druck- techniken	Nervendruck- technik	(1)	
		(2)	
		(3)	
		(4)	
		(5)	
		(6)	
	Würgetechnik nach Wahl des Prüflings	(1)	
		(2)	
		(3)	
		(4)	

		(5)	
		(6)	
Sicherungs- techniken	mind. 2 Techniken im Verlauf des Technik- programms		

Hebel- techniken	Genickhebel	(1)	
		(2)	
	Armbeuge- hebel im Stand	(1)	
		(2)	
		(3)	
		(4)	
	Armbeuge- hebel bei gegnerischer Bodenlage	(1)	
		(2)	
		(3)	
	Beinhebel	(1)	
		(2)	
		(3)	
		(4)	

Wurf- techniken	Kleine Innensichel oder Einhaken oder Fußfegen		
	Kleine Außensichel oder Einhaken oder Fußfg.		
	Selbstfallwurf	(1)	
		(2)	
		(3)	
		(4)	
		(5)	
weitere Wurftechnik nach Wahl des Prüfers			

Stock- abwehr / -anwen- dung	Freie Abwehr mit dem Stock gegen ange- sagte Angriffe	4 x mit Kontakt	
		4 x ohne Kontakt	
		4 x mit Stock	
Abwehr/ Anwen- dung sonstiger Waffen	Angesagte Mehrfach- angriffe mit dem Messer	Messer – Messer	
		Atemi – Messer	
		Griff – Messer	
	Freie Abwehr mit sonstigem Hilfsmittel gegen ange- sagte Angriffe	2 x mit Kontakt	
		2 x ohne Kontakt	

		2 x mit Stock	
Weiterführungs-techniken	je 2 x Weiterführung von Ju-Jutsu-Techniken nach Wahl des Prüfers	(1a)	
		(1b)	
		(2a)	
		(2b)	
		(3a)	
		(3b)	

Gegen-techniken	je 2 x Gegen-techniken gegen Ju-Jutsu-Techniken nach Wahl des Prüfers	(1a)	
		(1b)	
		(2a)	
		(2b)	
		(3a)	
		(3b)	

Freie Selbstverteidigung	1 Angreifer, angesagte Angriffe	3-5 x mit Stock	
		3-5 x m. bewegl. Gegenstand	
		3-5 x mit Messer	

		3-5 x m. Faust- feuer- waffe	
	1 Angreifer, freie Angriffe	3-5 x mit Stock	
		3-5 x m. bewegl. Gegen- stand	
		3-5 x mit Messer	
		3-5 x m. Faust- feuer- waffe	
Freie An- wd'gs- formen			
Freie Dar- stellung / Kata	siehe gesonderten Bewertungsbogen		
Kombina- tionen/ Viel- fältigkeit	Sinnvolle Technik- kombinationen während der gesamten Prüfung		
An- greifer-/ Partner- verhalten	Verhalten als Prüfling wie auch als Partner während der gesamten Prüfung		