



Landesgruppe Schleswig-Holstein des DanKollegiums e.V.



I. Prüfungsinhalte Kyō-Grade Judo bis zum 4. Lebensjahr

Kyu-Grad (Gürtelfarbe)		5. (Gelb)	4. (Orange)	3. (Grün)	2. (Blau)	1. (Braun)
Vorbereitungszeit		6 Monate	6 Monate	8 Monate	8 Monate	10 Monate
Nachweis von Landeslehrgängen in der Vorbereitung		6	2	3	4	4
Es sind folgende Prüfungsinhalte in den einzelnen angestrebten Kyu-Graduierungsstufen zu demonstrieren:						
Prüfungskategorie	ó eigene Techniken ó					
A	Falltechniken	2	3	4	5	6
B	Ausweichen (Stand oder Boden)	1	2	3	4	5
	Blocken oder Fegen oder Ableiten oder Weiterleiten	2	3	4	5	6
	Schlag- oder Stoßtechniken	2	3	4	5	6
	Tritttechniken (Fuß und Bein)	2	3	3	4	5
	Wurftechniken (Jiu- bzw. Randoribezogen)	2	3	4	6	8
	Hebeltechniken	1	2	4	6	8
	Festlegetechniken	1	2	3	4	5
	Würfetechniken			1	2	3
	Transporttechniken			1	2	3
	Summe der Kategorie ó eigene V g e j p k m g p õ		13	21	31	43
ó Befreiung gegen ó						
C	Griff an Hand oder Arm oder Handgelenk	1	2	3	4	5
	Würgeangriffe	1	2	3	4	5
	Körper- bzw. Brustumklammerung	1	2	3	4	5

Kyu-Grad (Gürtelfarbe)		5. (Gelb)	4. (Orange)	3. (Grün)	2. (Blau)	1. (Braun)
ó noch Befreiung gegen ó						
C	Revers- oder Kragenfassen	1	2	3	4	5
	Haarzug oder Harrfassen			1	2	3
	M q r h w o m n c o o g t w p i " * I g p k e m j g d			1	2	3
	Nelson bzw. Doppelnelson				1	2
	Summe der Kategorie š D g h t g k w p i g p " i g i g p	4	8	14	21	28
ó Abwehr gegen ó						
D	Faustangriff (Fauststoß bzw. Faustschlag)	1	2	3	4	5
	Fußangriffe			1	2	3
E	Stockangriffe (Kurz- und / oder Langstock)			1	2	3
	Messerangriffe					
	Bedrohung mit Schusswaffe (Pistole / Revolver)					
	Gefährliche Gegenstände (z.B. Kette, Flasche, etc.)					
	Summe der Kategorie š C d y g j t " i g i g p õ	1	2	5	8	11
F	Verteidigung aus der Bodenlage mit Würgeangriffen			1	2	3
	Freie Angriffe gegen (siehe Anmerkungen)				1 Gegner	2 Gegner
	Vorkenntnisse	siehe Anmerkungen				

Anmerkungen

Vorkenntnisse: Die Kenntnis der zurückliegenden Prüfungsinhalte und folgender Themen wird vorausgesetzt und in Stichproben geprüft:

5. Kyu Etikette und Verhalten im Dojo.
4. Kyu Geschichte des Jiu-Jitsu und artverwandte Budopraktiken. Sinn und Anwendung von Kiai und Atemi waza.
3. Kyu Gesetzliche Voraussetzungen (Notwehr).
2. Kyu Erste Hilfe-Nachweis (Kyuatsu).
1. Kyu Inhalte der Vorkenntnisse vom 5. Bis 2. Kyu zzgl. Vokabeln.

Freie Angriffe: 2. und 1. Kyu: Freie Abwehr von Angriffen ohne Waffen mit Kontakt.



Landesgruppe Schleswig-Holstein des DanKollegiums e.V.



II. Prüfungsinhalte Kyu-Grade Jiu-Jitsu ab dem 14. Lebensjahr

Kyu-Grad (Gürtelfarbe)		5. (Gelb)	4. (Orange)	3. (Grün)	2. (Blau)	1. (Braun)
Vorbereitungszeit		6 Monate	6 Monate	8 Monate	8 Monate	10 Monate
Nachweis von Landeslehrgängen in der Vorbereitung		6	2	3	4	4
Es sind folgende Prüfungsinhalte in den einzelnen angestrebten Kyu-Graduierungsstufen zu demonstrieren:						
Prüfungskategorie	ó eigene Techniken ó					
A	Falltechniken	3	5	6	7	8
B	Ausweichen (Stand oder Boden)	2	3	4	5	6
	Blocken oder Fegen oder Ableiten oder Weiterleiten	2	4	5	6	8
	Schlag- oder Stoßtechniken	2	4	5	6	8
	Tritttechniken (Fuß und Bein)	2	3	4	5	6
	Wurftechniken (Jiu- bzw. Randoribezogen)	2	4	6	8	10
	Hebeltechniken	2	4	6	8	10
	Festlegetechniken	2	3	4	5	6
	Würgetechniken	1	2	4	6	8
	Transporttechniken	1	2	3	4	5
	U w o o g " f g t " M c v g i q t k g " š g k i g p g	19	34	47	60	75
ó Befreiung gegen ó						
C	Griff an Hand oder Arm oder Handgelenk	2	4	6	8	10
	Würgeangriffe	2	4	6	8	10
	Körper- bzw. Brustumklammerung	1	2	4	6	8

Kyu-Grad (Gürtelfarbe)		5. (Gelb)	4. (Orange)	3. (Grün)	2. (Blau)	1. (Braun)
ó noch Befreiung gegen ó						
C	Revers- oder Kragenfassen	1	2	4	5	6
	Haarzug oder Harrfassen	1	2	3	4	5
	M q r h w o m n c o o g t w p i " * I g p k e m j g d	1	2	3	4	5
	Nelson bzw. Doppelnelson			1	2	3
	U w o o g " f g t " M c v g i q t k g " š D g h t g k	8	16	27	37	47
ó Abwehr gegen ó						
D	Faustangriff (Fauststoß bzw. Faustschlag)	1	2	4	6	8
	Fußangriffe	1	2	3	4	5
E	Stockangriffe (Kurz- und / oder Langstock)	1	2	3	4	6
	Messerangriffe			1	3	5
	Bedrohung mit Schusswaffe (Pistole / Revolver)			1	2	3
	Gefährliche Gegenstände (z.B. Kette, Flasche, etc.)			1	2	3
	U w o o g " f g t " M c v g i q t k g " š C d y g j t	3	6	13	21	30
F	Verteidigung aus der Bodenlage mit Würgeangriffen	1	2	3	4	5
	Freie Angriffe gegen (siehe Anmerkungen)			1 Gegner	2 Gegner	3 Gegner
	Vorkenntnisse	siehe Anmerkungen				

Anmerkungen

Vorkenntnisse: Die Kenntnis der zurückliegenden Prüfungsinhalte und folgender Themen wird vorausgesetzt und in Stichproben geprüft:

5. Kyu Etikette und Verhalten im Dojo.
4. Kyu Geschichte des Jiu-Jitsu und artverwandte Budopraktiken. Sinn und Anwendung von Kiai und Atemi waza.
3. Kyu Gesetzliche Voraussetzungen (Notwehr).
2. Kyu Erste Hilfe-Nachweis (Kuatsu).
1. Kyu Inhalte der Vorkenntnisse vom 5. Bis 2. Kyu zzgl. Vokabeln.

Freie Angriffe: 3. und 2. Kyu: Freie Abwehr von Angriffen ohne Waffen mit Kontakt.

1. Kyu: Freie Abwehr von Angriffen mit Waffen, Kontakt und auf Distanz.

III. Prüfungsinhalte Dōjō Jiu Jitsu

Graduierung	1. Dan	2. Dan	3. Dan	4. Dan	5. Dan
Vorbereitungszeit	1 Jahr	2 Jahre	3 Jahre	4 Jahre	5 Jahre
Mindestalter	18 Jahre	20 Jahre	23 Jahre	27 Jahre	32 Jahre
	Aktive Lehrarbeit auf Vereins- und / oder Landesebene. Lehrbefähigungsnachweis (z.B. Budolehrer / DDK, ÜL-A- oder ÜL-F-Lizenz, Lehrbefähigung)				
Vorkenntnisse A bis F	Grund- und Abwehrtechniken aus den bisherigen Prüfungsanforderungen				
Schwerpunkte Theorie und Praxis G	Nothilfetechniken (StGB §§ 32, 33) (5)	Weiterführ- und Abschlusstechniken (10)	SV mit Waffen, z.B. Escrima, Hanbo, etc. (10)	Gegen- und Kontertechniken (10)	eigene Zusatzaktionen (10)
H	Freie Wahl der Kata 1.-2.Dan und 3.-5.Dan (jede Kata darf nur einmal demonstriert werden!)				
Kata-Auswahl Anm.: Lehrmaterial zu den einzelnen Katas sind beim Prüfungswart der LG SH nachzufragen!	Nage-no-kata Goshin-jitsu-no-kata Kime-no-kata		Gonosen-no-kata Ju-no-kata	Itsutsu-no-kata Katame-no-kata Koshiki-no-kata	Ne-Waza Ebo-No-Kata

Anmerkungen

Bei einer Prüfung zu den einzelnen Dan-Graduierungen sind die Vorgabezeiten und das Mindestalter vom Prüfling zwingend einzuhalten! Die zu demonstrierende Kata ist bei der Anmeldung mit anzugeben.

Schleswig-Holstein
Landesgruppe des DarKollegiums e.V.
Prüfungsliste für Kyn und DarGrade

Lehrgangsnachweis
Lehrbefähigung
kann erreichen
muss erreichen
hat b. Prüfer d. Liste erreicht
neue Graduierung