Doitsu Budo Kwai e.V. Prüfungsprogramm Jiu- Jitsu

8. Kyu gelb- orangener Gürtel

Fallschule (beidseitig)	zusätzlich, gewaltsam nach vorn und zurück
Karate Grundtechniken	Fumi komi (Stampftritt), shuto- uchi Handkantenschlag, Angriffstufen: Gedan, Chudan, Jodan
Bewegungen	Laufen mit Partner, (Judo+ Karate)
Judo Würfe, Hebel und Festhalten	Hüftwurf , Hüftschwung (einseitig) Armstreckhebel Kesa gatame
Jiu-Jitsu Techniken	
Würgen am Boden zwischen den Beinen	Haare fassen, Fingerspitzendruck seitlich zum Kehlkopf, seitlich abwerfen. kentsui –tsuki (Hammerfaustschlag)
Körperumklammerung über den Armen von vorn	Ein Bein zurückstellen und Daumen in die Leistenbeuge stoßen, Kniestoß, eindrehen zum Hüftwurf, Hebel oder Fauststoß Alternativ zum Hüftwurf (Anfang gleich) Arm nach hinten befreien, Empi zum Kopf, Kniestoß
Körperumklammerung von hinten unter den Armen	Kopfstoß nach hinten, mit Fußtritt nach unten, nach vorn beugen und Arme nach hinten herausziehen, Beinzug, Fußstoß nach unten
Würgen mit beiden Händen seitlich (kurz)	Hüftwurf, Hebel/ Schlag
Stockschlag von oben	Ausweichen und weiterleiten des Angriffs, Körperrückstoß, Hebel/ Schlag, Waffe sichern
Messerstich von oben	Block mit Faustschlag, Kniestoß zum Kopf, Handhebel, Fußstoß, Waffe sichern
Boxangriff aus Kampfstellung gerader Fauststoß zum Körper	Gedan – barai, Gyaku- tsuki

Die Techniken sind auf verlangen rechts und links auszuführen!
Trainingsfleiß und einwandfreies sportliches Verhalten sind Grund- Voraussetzungen für die Zulassung zur Prüfung!

Doitsu Budo Kwai e.V. Prüfungsprogramm Jiu- Jitsu

6. Kyu orangener Gürtel

Fallschule (beidseitig)	zusätzlich, vor und rück mit aufsetzen über ein Hindernis
Karate Grundtechniken/ Kumite Faustschlag zum Kopf	Yoko Geri, Age Uke , Gyaku tsuki
Bewegungen	Aus der Bewegung O- Goshi, bisherige Karatetechniken als Kombination in Bewegung
Judo Würfe, Hebel, Festhalten und Befreiungen	Hüftwurf/ Schwung, (beidseitig) Armstreckhebel überleiten zum Wickelgriff Kata gatame, eine Befreiung aus Kesa Gatame
Jiu-Jitsu Techniken	
beide Handgelenke sind umklammert	Ein Handgelenk nach außen entwinden, Unterarmblock zum haltenden Arm, nach unten abstreifen mit Körperdrehung, Uraken Uchi
Ein Handgelenk wird diagonal gehalten	Schritt zurück mit Kipphandhebel, Fußtritt oder Hebel
Körperumklammerung über den Oberarmen von hinten	seitlich nach unten entwinden, Hand sichern und Schlag in die Achselhöhle, Schulterdrehhebel zum Kopf
Schwitzkasten von der Seite (tief)	Arm am Hals sichern, Fuß hinterstellen und Selbstfaller, Empi
Schwitzkasten von hinten (Angreifer steht seitlich)	Ellenbogen und Schulter greifen, Bein hinterstellen, Hüfte absenken und Körperdrehung in Zugrichtung
Würgen mit einer Hand gegen die Wand	,Schlag mit dem Handballen und Schritt zur Seite, Uraken Uchi Gyaku tzuki
Stockschlag von innen	Doppelblock, Körperrückstoß, Außensichel, Hebel/ Schlag, Waffe sichern
Messerstich von außen	Block und Handgelenk sichern, Empi zum Kopf, Außensichel, Handhebel/ Fußstoß, Waffe sichern
Randori	2 min Kampf

Die Techniken sind auf verlangen rechts und links auszuführen!
Trainingsfleiß und einwandfreies sportliches Verhalten sind Grund- Voraussetzungen für die Zulassung zur Prüfung!

Doitsu Budo Kwai e.V. Prüfungsprogramm Jiu- Jitsu

5. Kyu grün oranger Gürtel

Fallschule (beidseitig)	zusätzlich, vor und rück mit aufsetzen Hindernis,vorwärts
Karate Grundtechniken/ Kumite Faustschlag zum Kopf	Hiza geri, Mawashi geri Shotei uke (Handballenblock) Oi Tsuki,
Judo Würfe, Hebel, Festhalten und Befreiungen	Tai otoshi, (einseitig) Armstreckhebel überleiten zum Wickelgriff Kata gatame, eine Befreiung aus Kesa Gatame
Jiu-Jitsu Techniken	
beide Handgelenke sind umklammert	Ein Handgelenk nach außen entwinden, Unterarmblock zum haltenden Arm, nach unten abstreifen mit Körperdrehung, Uraken Uchi
ein Handgelenk wird diagonal gehalten	Schritt zurück mit Kipphandhebel, Fußtritt oder Hebel
Körperumklammerung über den Oberarmen von hinten	seitlich nach unten entwinden, Hand sichern und Schlag in die Achselhöhle, Schulterdrehhebel zum Kopf
Schwitzkasten von der Seite (tief)	Arm am Hals sichern, Fuß hinterstellen und Selbstfaller, Empi
Schwitzkasten von hinten (Angreifer steht seitlich)	Ellenbogen und Schulter greifen, Bein hinterstellen, Hüfte absenken und Körperdrehung in Zugrichtung
Würgen mit einer Hand gegen die Wand	,Schlag mit dem Handballen und Schritt zur Seite, Uraken Uchi Gyaku tzuki
Stockschlag von innen	Doppelblock, Körperrückstoß, Außensichel, Hebel/ Schlag, Waffe sichern
Messerstich von außen	Block und Handgelenk sichern, Empi zum Kopf, Außensichel, Handhebel/ Fußstoß, Waffe sichern
Randori	2 min Kampf

Die Techniken sind auf verlangen rechts und links auszuführen!
Trainingsfleiß und einwandfreies sportliches Verhalten sind Grund- Voraussetzungen für die Zulassung zur Prüfung!