

Hinweis: 12-6 bedeutet, daß 12 Techniken gefordert werden, wovon mindestens 6 Hebeltechniken sind.

	5.Kyu	4.Kyu	3.Kyu	2.Kyu	1.Kyu	1.DAN	2.DAN	3.DAN	4.DAN	5.DAN	6.DAN	7.DAN
<b>Befreiung: Hand, Gelenk und Unterarm</b>	8-2	13-4	18-6	23-8	28-10	33-12	38-14	43-16	48-18	57-22	<p><b>Für die Prüfung zum 6. bis 7.DAN muß der Prüfungskommission jeweils ein eigenes Prüfungsprogramm vorgeschlagen werden. Dieses kann z.B. eine eigene Kata, spezielle Verteidigungsformen, Spezialtechniken, usw. beinhalten.</b></p> <p><b>Die Prüfungsinhalte der vorangegangenen Prüfungen sind nachzuweisen.</b></p>	
würgen von vorne	6-2	8-3	9-3	12-4	13-4	15-5	16-5	18-6	19-6	23-8		
würgen von der Seite	3-1	4-1	6-2	6-2	7-2	8-3	9-3	12-4	13-4	16-5		
würgen von hinten	5-2	5-2	6-2	7-2	8-2	8-2	9-2	11-3	11-3	13-4		
<b>Angriff: würgen am Boden</b>	-	1	2	3	5-1	7-2	9-3	10-3	12-4	14-5		
von vorne Arme frei	1	3-1	4-1	6-2	7-2	7-2	8-2	10-3	11-3	13-4		
von hinten Arme frei	1	3-1	4-1	5-1	7-2	7-2	8-2	10-3	11-3	13-4		
von vorne Arme eingeschlossen	-	1	1	2	3	5-1	6-2	6-2	8-3	8-3		
von hinten Arme eingeschlossen	-	1	1	2	3	5-1	6-2	6-2	8-3	8-3		
bei Haare fassen	-	-	1	2	3	5-1	6-1	8-2	10-2	15-4		
beim Schwitzkasten	2	4-1	5-1	6-2	7-2	8-2	9-3	10-3	11-3	12-4		
<b>Abwehr: gegen Nelsongriff</b>	-	-	-	1	1	2	3	4	5	5		
gegen Boxen	2	3	3	5	6	9-1	10-1	12-2	14-3	16-4		
gegen Messerangriffe	-	2-1	4-2	5-2	8-4	9-4	11-4	13-5	16-6	19-7		
gegen Treten	1	2	4-1	5-1	6-2	7-3	8-3	10-4	11-4	13-5		
gegen Stockangriffe	2	3-1	5-2	6-2	8-3	9-3	11-4	12-4	15-5	17-5		
gegen Kleideranfalle	2	4-1	5-2	6-2	8-3	9-3	12-4	14-5	16-5	18-6		
<b>Transport</b>	1	2	3	5	7	8	9	10	11	12		
<b>Abwehr gegen Schlagen</b>	2	4-1	6-2	7-2	9-3	11-3	13-4	15-5	18-6	20-6		
<b>Verteidigung mit Stock</b>	1	2	3	4	5	6	8	9	10	12		
<b>Abwehr gegen Bodenangriff</b>	2	3-1	4-1	5-1	7-2	9-2	11-3	14-4	17-5	20-6		
<b>Würgegriffe</b>	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
<b>Wurftechniken</b>	3	4	5	6	8	10	12	14	16	18		
<b>Fallübungen</b>	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12		
<b>Übernahmetechniken (Gegentechniken)</b>	-	-	-	-	-	5	10	15	20	25		
<b>Wartezeiten zwischen den Prüfungen</b>	6 Monate	6 Monate	9 Monate	9 Monate	1 Jahr	1 Jahr	2 Jahre	3 Jahre	4 Jahre	5 Jahre	5 Jahre	5 Jahre
	Bei sehr guten Leistungen können die Wartezeiten für Kyu- Grade verkürzt werden, die Wartezeiten ab dem 2.DAN um max. 6 Monate (Befürwortung des Trainers bzw. bei DAN- Prüfungen die der DAN- Prüfungskommission erforderlich).											
<b>Mindestalter</b>				12 Jahre	14 Jahre	18 Jahre*				35 Jahre	40 Jahre	45 Jahre
<b>Sonstige Voraussetzungen für DAN-Prüfungen:</b>	<p>Nachweis Erste Hilfe, Kenntnisse der Notwehrbestimmungen, polizeiliches Führungszeugnis                      Teilnahme an zwei DAN- Vorbereitungslehrgängen</p> <p>* Bei entsprechender charakterlicher Eignung kann auf Empfehlung und Antrag des Trainers sowie der Zustimmung des Disziplinvorsitzenden Jiu- Jitsu das Mindestalter auf 16 Jahre herabgesetzt werden. Die Beurteilung der Eignung erfolgt auf einem DAN- Vorbereitungslehrgang.</p>											