

| | | | |
|--------|----------|------------|------------|
| Datum: | Pass-Nr: | Experte/n: | bestanden: |
| Name: | | | Ja / Nein |

Grundsatz Anwendung verschiedener Prinzipien auf einen Angriff

| | | |
|------------------|------------------|----------------|
| Nage Waza | Te Waza | Morote gari |
| | Ashi Waza | Uchi mata |
| | Ma sutemi waza | Tomeo nage |
| | Yoko sutemi waza | Soto maki komi |

| | | |
|--------------------|------------|------------------------------|
| Katame Waza | Osae Waza | 3 Ju-Jitsu Kontrolltechniken |
| | | Tsukomi jime |
| | Shime Waza | Okuri eri jime |

| | | |
|------------------------------|--|-------------------|
| Zusätzliche Techniken | | Shiho nage |
| | | Schulterhebel |
| | | 4 Transportgriffe |
| | | 2 Genickhebel |

| | | |
|--------------|---------------|--------------|
| Atemi | Ashi Ate Waza | Mawashi geri |
| | | Shuto uchi |
| | Ude Ate Waza | Shuto uke |
| | | |

| | | |
|---|------------------|--------------------------------------|
| Abwehren von Kontaktangriffen (in Randoriform) | Handgelenkgriffe | 12 verschiedene Handgelenkangriffe |
| | Reversgriffe | 7 verschiedene Reversangriffe |
| | | |
| | Würgegriffe | 8 verschiedene Würgeangriffe |
| | | 3 am Boden |
| | Umklammerungen | 8 verschiedene Umklammerungen |
| | Haargriffe | 4 |
| | Schwitzkasten | 4 verschiedene Schwitzkastenangriffe |

| | | |
|------------------------------|---------------|---|
| Abwehren von Schlägen | Faustschläge: | 5 |
| | Fusstritte: | 5 |

| | | |
|----------------------------|-------------------|-------------------------------|
| Abwehren von Waffen | Stichwaffen: | 4 |
| | Hiebwaffen: | 4 |
| | Faustfeuerwaffen: | 2 (1 von vorne, 1 von hinten) |

| | |
|------------------------------|----------------------------|
| Abwehren gegen Dritte | 2 (1 am Boden, 1 im Stand) |
| | |

Notizen:

| | |
|-----------------|--|
| Duo System JJIF | Serie C (<i>Angriffe mit Messer und Stock</i>) |
|-----------------|--|

| | |
|--------------|-------------|
| Kime No Kata | Idori 1 - 8 |
|--------------|-------------|

| |
|--|
| Stichproben aus dem Prüfungsprogramm 5. bis 3. Kyu |
|--|

Bemerkungen: