

Ju-Jitsu Prüfungsformular zum 3. Kyu (grün)

Datum:
Kandidat:
Adresse:
Experte(n):

Prüfungsgebühr:
Passnummer:

Prüfungsergebnis: [] bestanden [] nicht bestanden

In der dritten Prüfung im Ju-Jitsu soll gezeigt werden, dass sich Tori auf vielfältige Weise verteidigen kann.
Die Abwehren sollen dynamisch, jedoch dem Angriff und dem Angreifer angemessen präsentiert werden.
Der erstmalige Umgang mit Waffen geschieht respektvoll und umsichtig.

		sehr gut	gut	unsauber	ungenügend / unbekannt	Bemerkung
Admin	Kurse	1 techn.				
Grundschule	Tachi Waza	Ayumi ashi / Suri ashi Okuri ashi / Tsugi ashi Tsugi Ashi				
	Repetition	Zenkutsu dachi, Kiba dachi, Kokutsu dachi, Jigo tai Neko ashi dachi				
	Ukemi Waza	Freifall				
	Repetition	Mae ukemi, Ushiro ukemi, Yoko ukemi, mit Hindernis				
	Nage Waza	Tai otoshi Tani otoshi Kuchiki daoshi				
	Repetition	O soto gari, O goshi, O uchi gari, Uki goshi, Harai goshi, Koshi guruma, Ippon seionage				
	Katame Waza	-				
	Repetition	Kesa Gatame, Yoko Siho Gatame, Kami shiho gatame, Tate shiho gatame, Kata gatame Ura shiho gatame , Alle Techniken in flüssiger Abfolge				
	Kansetsu Waza	Ude hishigi hara gatame Ude hishigi juji gatame Ude garami				
	Repetition	Ude hishigi waki gatame, Kote gaeshi, Kote mawashi Kote hineri				

Legende:

sehr gut
gut
unsauber
ungenügend oder unbekannt

über Standard
der verlangten Gradierung entsprechend
unter Standard, muss weiter verbessert werden
schwerwiegende Mängel oder Übung konnte nicht vorgeführt werden

Kandidat:

		sehr gut	gut	unsauber	ungenügend / unbekannt	Bemerkung
Grundschnle	Jime Waza	Kata juji jime				
		Nami juji jime				
		Gyaku juji jime				
	Repetition	Hadaka jime				
	Ude Ate Waza	Uchi uke				
		Age uke				
		Uraken uchi				
	Repetition	Gedan barai, Oie zuki, Gyaku zuki, Soto uke Haito uchi Empi uchi				
	Ashi Ate Waza	Mawashi Geri				
	Repetition	Mae geri, Kin geri, Hiza geri Yoko Geri				
Zusätzliche Techniken	Handhebel in 4 versch. Richtungen					
Repetition:	Nasengriff, Kopfdrehgriff 4 Festlegegriffe					
Abwehren	Handgelenk	6				
	Revers	3				
	Oberarm	1				
	Ärmel	1				
	Würger	3				
	Würger am Boden	3				
	Umklammerung	2v.v. & 2 v.h.				
	Kragengriff	1 v.v. & 1 v.h.				
	Haargriff	2				
	Schwitzkasten	1 v.v. & 1 v.d.S.				
	Faustschläge	2				
	Fusstritte	2				
	Stockabwehren	1 vertikal				
	Messerabwehren	1 Stich gerade				
	Pistolenabwehren	-				
Gegen Dritte	-					
Randori & Kata	Ate Waza Randori (Fighting Part I)	-				
	Nage Waza Randori (Fighting Part II)	-				
	Idori Randori (Fighting Part III)	-				
	Fighting Randori (Part I - III)	3 min.				
	Ne-Waza Randori	-				
	Duo System	Serie A & B				
	Kime no Kata	Idori 1 - 5 (Tori ODER Uke)				
Gesamteindruck						