

# Ju-Jitsu Prüfungsformular zum 4. Kyu (orange)

Datum:  
Kandidat:  
Adresse:  
Experte(n):

Prüfungsgebühr:  
Passnummer:

Prüfungsergebnis: [ ] bestanden [ ] nicht bestanden

In der zweiten Prüfung im Ju-Jitsu liegt das Hauptaugenmerk auf der konsequenten und flüssigen Arbeit von Tori bis zur Kontrolle oder Aufgabe von Uke. Dabei soll gezeigt werden, dass die prinzipiellen Elemente - angefangen bei einem sinnvollen Selbstschutz, der eigentlichen Technik bis hin zum Abschluss - bekannt sind und beherrzigt werden.

		sehr gut	gut	unsauber	ungenügend / unbekannt	Bemerkung
Admin	Kurse					
Grundschule	Tachi Waza	Jigo tai Neko ashi dachi				
	Repetition	Zenkutsu dachi, Kiba dachi, Kokutsu dachi				
	Ukemi Waza	mit Hindernis				
	Repetition	Mae ukemi, Ushiro ukemi, Yoko ukemi				
	Nage Waza	Harai goshi Koshi guruma Ippon seionage				
	Repetition	O soto gari, O goshi, O uchi gari, Uki goshi				
	Katame Waza	Kata gatame Ura shiho gatame Alle Techniken in flüssiger Abfolge				
	Repetition	Kesa Gatame, Yoko Siho Gatame, Kami shiho gatame, Tate shiho gatame				
	Kansetsu Waza	Kote mawashi Kote hineri				
	Repetition	Ude hishigi waki gatame, Kote gaeshi				

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	Hadaka jime				
	Repetition	-				
	Ude Ate Waza	Soto uke Haito uchi Empi uchi				
	Repetition	Gedan barai, Oie zuki, Gyaku zuki				
	Ashi Ate Waza	Hiza geri Yoko Geri				
	Repetition	Mae geri, Kin geri				
	Zusätzliche Techniken	4 Festlegegriffe				
	Repetition:	Nasengriff, Kopfdrehgriff				
Abwehren	Handgelenk	5				
	Revers	2				
	Oberarm	-				
	Ärmel	-				
	Würger	2				
	Würger am Boden	2				
	Umklammerung	3				
	Kragengriff	1				
	Haargriff	1				
	Schwitzkasten	1				
	Faustschläge	1				
	Fusstritte	1 gerade				
	Stockabwehren	-				
	Messerabwehren	-				
Pistolenabwehren	-					
Gegen Dritte	-					
Randori & Kata	Ate Waza Randori (Fighting Part I)	-				
	Nage Waza Randori (Fighting Part II)	2 min.				
	Idori Randori (Fighting Part III)	-				
	Fighting Randori (Part I - III)	-				
	Ne-Waza Randori	2min.				
	Duo System	-				
	Kime no Kata	-				
Gesamteindruck						