

2 Kyu:



Mindestalter:

13 Lebensjahr (Jahrgang)

Deutscher Judo-Bund e. V. Prüfungsprogramm

<b>Vorkenntnisse</b>	stichprobenartig				
<b>Grundform der Wurftechniken</b> (7 Aktionen)	Yoko-otoshi (beidseitig) 	Ashi-uchi-mata 	Utsuri-goshi 	Yoko-gake (beidseitig) 	Kata-ashi-dori <i>oder</i> Kuchiki-taoshi * 
<b>Grundform der Bodentechniken</b> (4 Aktionen)	Juji-jime 	Hadaka-jime 	Okuri-eri-jime 	Kata-ha-jime 	
<b>Anwendungsaufgabe Stand</b> (6 Aktionen)	• 3 der oben genannten Techniken aus je 2 verschiedenen Situationen werfen				
<b>Anwendungsaufgabe Boden</b> (8 Aktionen)	• Aus je 2 verschiedenen Standardsituationen Juji-jime, Hadaka-jime, Okuri-eri-jime und Kata-ha-jime anwenden				
<b>Randori</b> (5 Randori a` 2min)	• Im Standrandori Wurftechniken gegen einen Partner, der eine extreme Haltung und/ oder eine extreme Auslage einnimmt, situativ und angemessen werfen. • Bodenrandori (auch unter Einbezug von Shime-waza)				
<b>Kata</b>	• Nage-no-kata Gruppe Ashi-waza				

\* hier darf auch eine beliebige andere Beingreiftechnik gezeigt werden

DJB-Arbeitsgruppe: R.Pöhler (Ltg.), H.Daxbacher, K.Kessler, U.Klocke, R.Lippmann, R.Mieth, J.Schröder, F.J.Zeiser

1Kyu:



Mindestalter:

14.Lebensjahr (Jahrgang)

Deutscher Judo-Bund e. V. Prüfungsprogramm

<b>Vorkenntnisse</b>	stichprobenartig					
<b>Grundform der Wurftechniken</b> (8 Aktionen)	Ashi-guruma oder O-guruma 	Ura-nage oder Yoko-guruma (beidseitig) 	Te-guruma (beidseitig) 	Kata-guruma 	Soto-maki-komi oder Hane-maki-komi 	Uki-otoshi 
<b>Grundform der Bodentechniken</b> (4 Aktionen)	Sankaku-osae-gatame 	Sankaku-gatame 	Sankaku-jime 	Kata-te-Jime 		
<b>Anwendungsaufgabe Stand</b> (6 Aktionen)	• 3 dieser Techniken (außer Uki-otoshi) aus je 2 verschiedenen Situationen werfen					
<b>Anwendungsaufgabe Boden</b> (5 Aktionen)	• aus drei unterschiedlichen Standardsituationen oder Ausgangspositionen Sankaku anwenden • 2 Übergänge vom Stand zum Boden mit Shime-waza nach einem missglückten Angriff mit einer Wurftechnik des Gegners (z.B. mit Koshi-jime)					
<b>Randori</b> (3 Randori a` 3min)	• 3 Randori mit verschiedenen Partnern					
<b>Kata</b>	• Nage-no-kata Gruppe Te-waza					

DJB-Arbeitsgruppe: R.Pöhler (Ltg.), H.Daxbacher, K.Kessler, U.Klocke, R.Lippmann, R.Mieth, J.Schröder, F.J.Zeiser