

**Jiu-Jitsu Club
Miyamoto Musashi e.V.**

Prüfungsordnung 5. Kyu / Gelb

Wartezeit: 6 Monate

Falltechniken: 3

Handumklammerungen: 1

Körperumklammerungen vorne: 1

Körperumklammerungen hinten: 1

Schwitzkasten seitlich: 1

Würgen von vorne: 1

Würgen von hinten: 1

Würgen von der Seite: 1

Box- u. Schlägerangriffe: 1

Fußtritt: 1

Judo- u. Jiu-Jitsu-Festleger: 1

Judo- u. Jiu-Jitsu-Würfe: 1

Karate Schlag- u. Stoßtechniken: 4

Karate Tritt-Techniken: 2

Karate Blöcke: 4

Jiu-Jitsu Randori gegen 2 Angreifer
die nacheinander angreifen: ja

Bruchtest: freiwillig

Freikampf: freiwillig

Theorie: - Bedeutung: Jiu-Jitsu
 - Japanische Grundbegriffe (Matte / Bekleidung / etc.)
 - Erklärung der Zeremonie im Stand und Sitz (Verneigen)
 - Wer war Miyamoto Musashi?

Atemi-Punkte: benennen können

Notwehrbestimmungen: (u.a. §32 StGB)

**Das Prüfungsprogramm muss sowohl Rechts- als auch Linksangriffe
beinhalten. Die Grundtechniken müssen auch mit den japanischen Namen
benannt werden können.**

Stand: September 2007