

# Deutsche Jiu-Jitsu Union

## Landesverband Schleswig-Holstein e.V.



Gürtelgrad		5.Kyu	4.Kyu	3.Kyu	2.Kyu	1.Kyu
Vorbereitungszeit		6 Monate	6 Monate	6 Monate	6 Monate ab 14Jahre	6 Monate ab 16Jahre
Theorie / Etikette		Ja	Ja	Ja	Ja	Ja
Gesamttechniken		27	58	95	124	157
<b>Prüfungsfach</b>						
<b>A</b>	Falltechniken	3	6	9	9	9
<b>B</b>	Ausweichen	1	2	3	4	5
	Blocken / Fegen	2	3	5	6	7
	Schlag- / Stoßtechniken	2	3	6	7	9
	Fußtritte	1	2	4	5	7
<b>C</b>	Wurftechniken	2	4	6	8	12
	Hebeltechniken	2	4	6	8	10
	Würgetechniken	2	4	6	8	10
	Festlegegriffe	1	2	3	4	5
	Transporttechniken	1	2	3	4	5
<b>Abwehrtechniken gegen:</b>						
<b>D</b>	Hand / Armfassen	2	4	6	8	10
	Revers / Kragen fassen	2	3	4	5	6
	Haare fassen	-	-	1	2	3
	Würgen im Stand und Boden	2	4	6	8	10
	Brustumklammerungen	2	4	6	7	8
	Kopfumklammerungen	1	2	3	4	5
	Nelson -/ Doppelnelson	-	-	1	2	3
<b>E</b>	Faustangriffe	-	2	4	6	8
	Fußangriffe	-	2	3	4	5
<b>F</b>	Stockangriffe	1	2	4	6	8
	Messerangriffe	-	2	4	6	8
	Schusswaffen	-	1	2	3	4
<b>Abwehr freier Angriffe:</b> Zeitdauer siehe 3.1.4						
<b>G</b>	Zahl der Angreifer (Waffenlos)	-	2	2	3	4