

# Prüfungsprogramm Ju-Jutsu des DJJV

---

Das in diesem Dokument vorliegende Prüfungsprogramm Ju-Jutsu des DJJV ist ein Auszug des Abschnitts C1 der Prüfungsordnung des DJJV in der Fassung vom 22.04.2017.

Die vollständige und jeweils aktuelle Prüfungsordnung des DJJV kann von der Homepage des DJJV ([www.djjv.de](http://www.djjv.de)) heruntergeladen werden.

Ansprechpartner für das Prüfungsprogramm Ju-Jutsu ist der Bundesprüfungsreferent, erreichbar per Email an [pruefung@djjv.de](mailto:pruefung@djjv.de).

Prüfungsprogramm 5. Kyu Ju-Jutsu		
1	Bewegungsformen	1.1 Verteidigungsstellung
		1.2 Auslagenwechsel nach vorne
		1.3 Auslagenwechsel nach hinten
		1.4 Auslagenwechsel auf der Stelle
		1.5 Auspendeln nach hinten
		1.6 Auspendeln zur Seite
		1.7 Abducken 1.8 Abtauchen
		1.9 Gleiten vorwärts
		1.10 Gleiten rückwärts
		1.11 Gleiten seitwärts mit dem vorderen Bein
		1.12 Gleiten seitwärts mit dem hinteren Bein
		1.13 Körperabdrehen
		1.14 Schrittdrehung 90° vorwärts
		1.15 Schrittdrehung 90° rückwärts
		1.16 Schrittdrehung 180° vorwärts
		1.17 Schrittdrehung 180° rückwärts
2	Falltechniken	2.1 Sturz seitwärts
3	<i>Komplexaufgaben</i>	<i>Zu dieser Graduierung wird dieses Prüfungsfach nicht geprüft</i>
4	Bodentechniken	4.1 Haltetechnik in seitlicher Position 4.2 Haltetechnik in Kreuzposition 4.3 Haltetechnik in Reitposition
5	Abwehrtechniken	5.1 Passivblock am Kopf 5.2 Passivblock außen 5.3 Passivblock innen 5.4 Abwehrtechnik mit der Hand (2 Ausführungen) 5.5 Grifflösen 5.6 Griffsprengen
6	Atemitechniken	6.1 Handballentechnik 6.2 Knietechnik 6.3 Stoppfußstoß
7	<i>Würge- / Nervendrucktechniken</i>	<i>Zu dieser Graduierung wird dieses Prüfungsfach nicht geprüft</i>
8	Sicherungstechniken	mindestens 2 Festlege-, Aufhebe- und/oder Transporttechniken im Verlauf des Technikprogramms
9	Hebeltechniken	9.1 Armstreckhebel bei Bodenlage des Gegners 9.2 Körperabbiegen
10	Wurftechniken	10.1 Beinstellen
11	<i>Stockabwehr /-anwendung</i>	<i>Zu dieser Graduierung wird dieses Prüfungsfach nicht geprüft</i>
12	<i>Abwehr / Anwendung sonstiger Waffen</i>	<i>Zu dieser Graduierung wird dieses Prüfungsfach nicht geprüft</i>
13	<i>Weiterführungstechniken</i>	<i>Zu dieser Graduierung wird dieses Prüfungsfach nicht geprüft</i>
14	<i>Gegentechniken</i>	<i>Zu dieser Graduierung wird dieses Prüfungsfach nicht geprüft</i>
15	<i>Freie Selbstverteidigung</i>	<i>Zu dieser Graduierung wird dieses Prüfungsfach nicht geprüft</i>
16	Freie Anwendungsformen	16.1 Freie Auseinandersetzung mit offenen Händen
17	<i>Freie Darstellung / Kata</i>	<i>Zu dieser Graduierung wird dieses Prüfungsfach nicht geprüft</i>
18	Kombinationen / Vielfältigkeit	Sinnvolle Technikkombinationen während der gesamten Prüfung
19	Angriffs- / Partnerverhalten	Verhalten als Prüfling wie auch als Partner während der gesamten Prüfung

Ju-Jutsu-Techniken in Kombination

Prüfungsprogramm 4. Kyu Ju-Jutsu		
1	Bewegungsformen	1.1 Verlängern der Verteidigungsstellung in die offensive Aktionsstellung 1.2 Verlängern der Verteidigungsstellung in die defensive Aktionsstellung
		1.3 Ausfallschritt mit dem vorderen Bein nach vorn 1.4 Ausfallschritt mit dem hinteren Bein nach hinten 1.5 Ausfallschritt mit dem vorderen Bein zur Seite 1.6 Ausfallschritt mit dem hinteren Bein zur Seite 1.7 Ausfallschritt mit dem vorderen Bein diagonal nach vorn 1.8 Ausfallschritt mit dem hinteren Bein diagonal nach hinten
		1.9 Doppelschrittdrehung 90° 1.10 Doppelschrittdrehung 180° 1.11 Doppelschrittdrehung 180° in den Parallelstand
2	Falltechniken	2.1 Rolle vorwärts in den Stand 2.2 Rolle rückwärts in den Stand
3	Komplexaufgaben	3.1 Fausttechniken
4	Bodentechniken	4.1 Befreiung aus Haltetechnik in seitlicher Position 4.2 Befreiung aus Haltetechnik in Kreuzposition 4.3 Befreiung aus Haltetechnik in Reitposition
5	Abwehrtechniken	5.1 Unterarmblock nach innen 5.2 Unterarmblock nach außen
6	Atemitechniken	6.1 Fußtechnik vorwärts 6.2 Fauststoß 6.3 Faustschlag (2 Ausführungen)
7	<i>Würge- / Nervendrucktechniken</i>	<i>Zu dieser Graduierung wird dieses Prüfungsfach nicht geprüft</i>
8	Sicherungstechniken	mindestens 2 Festlege-, Aufhebe- und/oder Transporttechniken im Verlauf des Technikprogramms
9	Hebeltechniken	9.1 Armstreckhebel im Stand 9.2 Armstreckhebel bei Bodenlage des Gegners 9.3 Armbeugehebel im Stand 9.4 Armbeugehebel als Festlegetechnik am Boden
10	Wurftechniken	10.1 Hüftwurf oder Hüftrad 10.2 Große Außensichel
11	<i>Stockabwehr /-anwendung</i>	<i>Zu dieser Graduierung wird dieses Prüfungsfach nicht geprüft</i>
12	<i>Abwehr / Anwendung sonstiger Waffen</i>	<i>Zu dieser Graduierung wird dieses Prüfungsfach nicht geprüft</i>
13	Weiterführungstechniken	13.1 Wechsel von Armbeugehebel zu Armstreckhebel
14	Gegentechniken	14.1 Verhindern eines Wurfes nach vorne durch Aussteigen (2 Ausführungen) 14.2 Verhindern eines Wurfes nach vorne durch Blockieren (2 Ausführungen)
15	Freie Selbstverteidigung	15.1 Verteidigung gegen Griffattacken
16	Freie Anwendungsformen	16.1 Freie Auseinandersetzung am Boden
17	<i>Freie Darstellung / Kata</i>	<i>Zu dieser Graduierung wird dieses Prüfungsfach nicht geprüft</i>
18	Kombinationen / Vielfältigkeit	Sinnvolle Technikkombinationen während der gesamten Prüfung
19	Angriffs- / Partnerverhalten	Verhalten als Prüfling wie auch als Partner während der gesamten Prüfung

Ju-Jutsu-Techniken in Kombination

## Prüfungsprogramm 3. Kyu Ju-Jutsu

1	Bewegungsformen	1.1 Übersetzschrte vorwärts 1.2 Übersetzschrte rückwärts 1.3 Übersetzschrte seitwärts mit dem vorderen Bein 1.4 Übersetzschrte seitwärts mit dem hinteren Bein 1.5 Übersetzschrte auf der Stelle	Ju-Jutsu-Techniken in Kombination
		1.6 Verteidigungslage in der Bodenlage 1.7 Auslagenwechsel in der Bodenlage 1.8 Gleiten vorwärts in der Bodenlage 1.9 Gleiten rückwärts in der Bodenlage 1.10 Drehung nach vorne in der Bodenlage um 90° 1.11 Drehung nach hinten in der Bodenlage um 90° 1.12 Drehung nach vorne in der Bodenlage um 180° 1.13 Drehung nach hinten in der Bodenlage um 180° 1.14 Rollen in der Bodenlage 1.15 Aufstehen aus der Bodenlage	
2	Falltechniken	2.1 Sturz vorwärts 2.2 Sturz rückwärts	
		2.3 Rolle vorwärts in den Stand über Hindernisse 2.4 Rolle rückwärts in den Stand über Hindernisse	
3	Komplexaufgaben	3.1 Wurftechniken	
4	Bodentechniken	4.1 Haltetechnik bei gegnerischer Bauchlage 4.2 Haltetechnik in Verteidigungsposition bei eigener Rückenlage (Guardposition) 4.3 Aus eigener Rückenlage in die Oberlage gelangen	
		5.1 Abwehrtechnik mit der Hand (4 Ausführungen) 5.2 Abwehrtechnik mit dem Fuß oder Unterschenkel	
		6.1 Ellbogentechnik (2 Ausführungen) 6.2 Lowkick	
7	Würge- / Nervendrucktechniken	7.1 Nervendrucktechnik 7.2 Würgetechnik mit Armen oder Händen	
8	Sicherungstechniken	mindestens 2 Festlege-, Aufhebe- und/oder Transporttechniken im Verlauf des Technikprogramms	
9	Hebeltechniken	9.1 Handgelenkhebel 9.2 Armbeugehebel als Transporttechnik	
		10.1 Schulterwurf oder Schulterzug 10.2 Große Innensichel	
10	Wurftechniken		
11	Stockabwehr / -anwendung	11.1 Stockabwehr mit Kontrolle des waffenführenden Armes (8 Angriffswinkel)	
12	<i>Abwehr / Anwendung sonstiger Waffen</i>	<i>Zu dieser Graduierung wird dieses Prüfungsfach nicht geprüft</i>	
13	Weiterführungstechniken	13.1 Weiterführung von Hebeltechniken (2 Ausführungen) 13.2 Weiterführung von Atemitechniken (2 Ausführungen)	
		14.1 Gegentechniken gegen Hebeltechniken (2 Ausführungen)	
14	Gegentechniken		
15	Freie Selbstverteidigung	15.1 Verteidigung gegen Umklammerungsangriffe	
16	Freie Anwendungsformen	16.1 Freie Auseinandersetzung mit Fausttechniken	
17	<i>Freie Darstellung / Kata</i>	<i>Zu dieser Graduierung wird dieses Prüfungsfach nicht geprüft</i>	
18	Kombinationen / Vielfältigkeit	Sinnvolle Technikkombinationen während der gesamten Prüfung	
19	Angriffs- / Partnerverhalten	Verhalten als Prüfling wie auch als Partner während der gesamten Prüfung	

Prüfungsprogramm 2. Kyu Ju-Jutsu		
1	Bewegungsformen	1.1 Freie Bewegungsformen im Stand 1.2 Freie Bewegungsformen am Boden
2	Falltechniken	2.1 Falltechniken unter Einwirkung des Partners
3	Komplexaufgaben	3.1 Atemkombinationen
4	Bodentechniken	4.1 Haltetechnik in seitlicher Position in Verbindung mit Hebel- oder Würgetechnik 4.2 Haltetechnik in Kreuzposition in Verbindung mit Hebel- oder Würgetechnik 4.3 Haltetechnik in Reitposition in Verbindung mit Hebel- oder Würgetechnik 4.4 Haltetechnik bei Bauchlage des Gegners in Verbindung mit Hebel- oder Würgetechnik 4.5 Haltetechnik bei eigener Rückenlage in Verbindung mit Hebel- oder Würgetechnik
5	Abwehrtechniken	5.1 Abwehrfolge im Dreierkontakt
		5.2 Abwehrtechnik mit dem Fuß oder Unterschenkel (2 Ausführungen)
6	Atemitechniken	6.1 Handaußenkantenschlag 6.2 Fußstoß abwärts 6.3 Fußstoß seitwärts
7	Würge-/ Nervendrucktechniken	7.1 Nervendrucktechnik (2 Ausführungen) 7.2 Würgetechnik mit Verwendung der Kleidung (2 Ausführungen)
8	Sicherungstechniken	mindestens 2 Festlege-, Aufhebe- und/oder Transporttechniken im Verlauf des Technikprogramms
9	Hebeltechniken	9.1 Handgelenkhebel (2 Ausführungen) 9.2 Armstreckhebel im Stand (2 Ausführungen) 9.3 Armstreckhebel bei gegnerischer Bodenlage (2 Ausführungen)
10	Wurftechniken	10.1 Ausheber 10.2 Hüftfegen oder Schenkelwurf 10.3 Rückriss
11	Stockabwehr / -anwendung	11.1 Stockabwehr in Verbindung mit Störtechnik (8 Angriffswinkel) 11.2 Verteidigung mit dem Stock gegen Kontaktangriffe (5 Ausführungen)
12	Abwehr / Anwendung sonstiger Waffen	12.1 Messerabwehr mit Kontrolle des waffenführenden Armes (5 Angriffswinkel) 12.2 Abwehr von Angriffen mit beweglichen Gegenständen (2 Ausführungen)
13	Weiterführungstechniken	13.1 Weiterführung von Wurftechniken (2 Ausführungen)
14	Gegentechniken	14.1 Gegentechniken gegen Wurftechniken (2 Ausführungen)
15	Freie Selbstverteidigung	15.1 Verteidigung gegen Atemiangriffe
16	Freie Anwendungsformen	16.1 Freie Auseinandersetzung mit Wurf- und Bodentechniken
17	<i>Freie Darstellung / Kata</i>	<i>Zu dieser Graduierung wird dieses Prüfungsfach nicht geprüft</i>
18	Kombinationen / Vielfältigkeit	Sinnvolle Technikkombinationen während der gesamten Prüfung
19	Angriffs- / Partnerverhalten	Verhalten als Prüfling wie auch als Partner während der gesamten Prüfung

Ju-Jutsu-Techniken in Kombination

## Prüfungsprogramm 1. Kyu Ju-Jutsu

1	Bewegungsformen	1.1 Freie Bewegungsformen mit Partner und Pratzen	
2	Falltechniken	2.1 Freier Fall (Überschlag zum Sturz seitwärts)	
3	Komplexaufgaben	3.1 Atemi- und Wurftechniken	
4	Bodentechniken	4.1 Überwältigung eines Gegners in Bauchlage oder Bankposition 4.2 Überwältigung eines Gegners in Seiten- oder Rückenlage 4.3 Übergang von Haltetechnik zu Haltetechnik in Verbindung mit Hebel- oder Würfetechniken	
5	Abwehrtechniken	5.1 Abwehrfolge im Dreierkontakt mit Übergang zu Hebeltechniken	
6	Atemitechniken	6.1 Fingerstich oder Pressluftschlag 6.2 Kopfstoß oder Kopfschlag 6.3 Halbkreisfußtritt vorwärts	Ju-Jutsu-Techniken in Kombination
7	Würge- / Nervendrucktechniken	7.1 Würfetechnik mit Armen oder Händen (2 Ausführungen)	
8	Sicherungstechniken	8.1 Rückentransportgriff 8.2 Kopfkontrollgriff	
9	Hebeltechniken	9.1 Fingerhebel 9.2 Handgelenkhebel (3 Ausführungen) 9.3 Armbeugehebel im Stand (2 Ausführungen) 9.4 Armbeugehebel bei Bodenlage des Gegners 9.5 Beinhebel (2 Ausführungen)	
10	Wurftechniken	10.1 Beingreifertechnik (2 Ausführungen) 10.2 Selbstfallwurf	
11	Stockabwehr / -anwendung	11.1 Stockabwehr mit Entwaffnungstechnik (8 Angriffswinkel) 11.2 Verteidigung mit dem Stock gegen Atemiangriffe (5 Ausführungen)	
12	Abwehr / Anwendung sonstiger Waffen	12.1 Messerabwehr in Verbindung mit Störtechnik (5 Angriffswinkel)	
13	Weiterführungstechniken	13.1 Weiterführung von Hebeltechniken (2 Ausführungen) 13.2 Weiterführung von Wurftechniken (2 Ausführungen) 13.3 Weiterführung von Atemitechniken (3 Ausführungen)	
14	Gegentechniken	14.1 Gegentechniken gegen Hebeltechniken (2 Ausführungen) 14.2 Gegentechniken gegen Wurftechniken (2 Ausführungen)	
15	Freie Selbstverteidigung	15.1 Verteidigung gegen Waffenangriffe 15.2 Verteidigung gegen waffenlose Angriffe (angesagt)	
16	Freie Anwendungsformen	16.1 Freie Auseinandersetzung mit Atemitechniken	
17	<i>Freie Darstellung / Kata</i>	<i>Zu dieser Graduierung wird dieses Prüfungsfach nicht geprüft</i>	
18	Kombinationen / Vielfältigkeit	Sinnvolle Technikkombinationen während der gesamten Prüfung	
19	Angriffs- / Partnerverhalten	Verhalten als Prüfling wie auch als Partner während der gesamten Prüfung	

## Prüfungsprogramm 1. Dan Ju-Jutsu

1	<i>Bewegungsformen</i>	<i>Zu dieser Graduierung wird dieses Prüfungsfach nicht geprüft</i>	
2	<i>Falltechniken</i>	<i>Zu dieser Graduierung wird dieses Prüfungsfach nicht geprüft</i>	
3	Komplexaufgaben	3.1 Atemi-, Wurf- und Kontrolltechniken	
4	Bodentechniken	4.1 Haltetechnik nach Befreiungstechnik des Gegners (3 Ausführungen)	
5	Abwehrtechniken	5.1 Abwehrfolge im Dreierkontakt gegen unterschiedliche Atemiangriffe 5.2 Abwehrtechnik mit dem Ellenbogen (3 Ausführungen)	Ju-Jutsu-Techniken in Kombination
6	Atemitechniken	6.1 Handinnenkantenschlag 6.2 Ellenbogentechnik (4 Ausführungen) 6.3 weitere Atemitechnik	
7	Würge- / Nervendrucktechniken	7.1 Würgetechnik mit Beinen oder Füßen (2 Ausführungen)	
8	Sicherungstechniken	8.1 Kombinierte Festlegetechnik mindestens 1 weitere Festlege-, Aufhebe- und/oder Transporttechnik im Verlauf des Technikprogramms	
9	Hebeltechniken	9.1 Genickhebel 9.2 Armstreckhebel im Stand (3 Ausführungen) 9.3 Armstreckhebel bei gegnerischer Bodenlage (3 Ausführungen)	
10	Wurftechniken	10.1 Schleuderwurf 10.2 Ausheber (2 Ausführungen) 10.3 Selbstfallwurf (2 Ausführungen) 10.4 Weitere Wurftechnik	
11	Stockabwehr / -anwendung	11.1 Stockabwehr mit waffenlosen Folgetechniken (8 Angriffswinkel)	
12	Abwehr / Anwendung sonstiger Waffen	12.1 Messerabwehr mit Entwaffnungstechnik (5 Angriffswinkel)	
13	Weiterführungstechniken	13.1 Weiterführung von Hebeltechniken (3 Ausführungen) 13.2 Weiterführung von Wurftechniken (3 Ausführungen) 13.3 Weiterführung von Würgetechniken (2 Ausführungen)	
14	Gegentechniken	14.1 Gegentechniken gegen Hebeltechniken (3 Ausführungen) 14.2 Gegentechniken gegen Wurftechniken (3 Ausführungen) 14.3 Gegentechniken gegen Würgetechniken (2 Ausführungen)	
15	Freie Selbstverteidigung	15.1 Verteidigung gegen 2 unbewaffnete Angreifer (angesagt und frei)	
16	Freie Anwendungsformen	16.1 Freie Auseinandersetzung mit Ju-Jutsu-Techniken	
17	<i>Freie Darstellung / Kata</i>	<i>Zu dieser Graduierung wird dieses Prüfungsfach nicht geprüft</i>	
18	Kombinationen / Vielfältigkeit	Sinnvolle Technikkombinationen während der gesamten Prüfung	
19	Angriffs- / Partnerverhalten	Verhalten als Prüfling wie auch als Partner während der gesamten Prüfung	

## Prüfungsprogramm 2. Dan Ju-Jutsu

1	<i>Bewegungsformen</i>	<i>Zu dieser Graduierung wird dieses Prüfungsfach nicht geprüft</i>	
2	<i>Falltechniken</i>	<i>Zu dieser Graduierung wird dieses Prüfungsfach nicht geprüft</i>	
3	Komplexaufgaben	3.1 Atemi-, Wurf- und Kontrolltechniken	
4	Bodentechniken	4.1 Übergang vom Stand zum Boden (2 Ausführungen)	
5	Abwehrtechniken	5.1 Abwehrfolge im Dreierkontakt mit Störaktionen des Angreifers 5.2 Kombinationen von Abwehrtechniken (4 Ausführungen)	Ju-Jutsu-Techniken in Kombination
6	Atemitechniken	6.1 Fußstoß rückwärts 6.2 Halbkreisfußtritt rückwärts oder Fersendrehschlag 6.3 Weitere Atemitechnik	
7	Würge- / Nervendrucktechniken	7.1 Nervendrucktechnik (4 Ausführungen) 7.2 Kombinierte Würgetechnik (2 Ausführungen)	
8	Sicherungstechniken	8.1 Kombinierte Transporttechnik mindestens 1 weitere Festlege-, Aufhebe- und/oder Transporttechnik im Verlauf des Technikprogramms	
9	Hebeltechniken	9.1 Handdrehgriff oder Armdrehgriff 9.2 Armbeugehebel im Stand (3 Ausführungen) 9.3 Armbeugehebel bei Bodenlage des Gegners (2 Ausführungen) 9.4 Beinhebel (3 Ausführungen)	
10	Wurftechniken	10.1 Körperrückstoß 10.2 Ausheber (3 Ausführungen) 10.3 Selbstfallwurf (3 Ausführungen) 10.4 Weitere Wurftechnik	
11	Stockabwehr / -anwendung	11.1 Atemitechnik mit dem Stock (2 Ausführungen) 11.2 Würgetechnik mit dem Stock (2 Ausführungen) 11.3 Hebeltechnik mit dem Stock (2 Ausführungen) 11.4 Wurftechnik mit dem Stock (2 Ausführungen)	
12	Abwehr / Anwendung sonstiger Waffen	12.1 Messerabwehr mit waffenlosen Folgetechniken (5 Angriffswinkel)	
13	Weiterführungstechniken	13.1 Weiterführung von Hebeltechniken (3 Ausführungen) 13.2 Weiterführung von Wurftechniken (3 Ausführungen)	
14	Gegentechniken	14.1 Gegentechnik gegen Hebeltechniken (3 Ausführungen) 14.2 Gegentechnik gegen Wurftechniken, wenn das eigene Fallen nicht mehr verhindert werden kann (3 Ausführungen)	
15	Freie Selbstverteidigung	15.1 Verteidigung gegen Stock und beweglichen Gegenstand (angesagt und frei)	
16	Freie Anwendungsformen	16.1 Freie Auseinandersetzung mit Ju-Jutsu-Techniken	
17	<i>Freie Darstellung / Kata</i>	<i>Zu dieser Graduierung wird dieses Prüfungsfach nicht geprüft</i>	
18	Kombinationen / Vielfältigkeit	Sinnvolle Technikkombinationen während der gesamten Prüfung	
19	Angriffs- / Partnerverhalten	Verhalten als Prüfling wie auch als Partner während der gesamten Prüfung	



## Prüfungsprogramm 3. Dan Ju-Jutsu

1	<i>Bewegungsformen</i>	<i>Zu dieser Graduierung wird dieses Prüfungsfach nicht geprüft</i>	
2	<i>Falltechniken</i>	<i>Zu dieser Graduierung wird dieses Prüfungsfach nicht geprüft</i>	
3	Komplexaufgaben	3.1 Atemi-, Wurf- und Kontrolltechniken	
4	Bodentechniken	4.1 Übergang vom Stand zum Boden mit abschließender Kontrolltechnik (4 Ausführungen)	
5	Abwehrtechniken	5.1 Mehrfachabwehr gegen angesagte waffenlose Angriffe (3 Ausführungen) 5.2 Abwehrfolge im Dreierkontakt mit Störaktionen des Angreifers	
6	Atemitechniken	6.1 Fersenschlag abwärts nach innen 6.2 Fersenschlag abwärts nach außen 6.3 Weitere Atemitechnik	Ju-Jutsu-Techniken in Kombination
7	Würge- / Nervendrucktechniken	7.1 Würgetechnik mit sonstigen Hilfsmitteln (2 Ausführungen)	
8	Sicherungstechniken	mindestens 2 Festlege-, Aufhebe- und/oder Transporttechniken im Verlauf des Technikprogramms	
9	Hebeltechniken	9.1 Handgelenkhebel (5 Ausführungen) 9.2 Armstreckhebel im Stand (4 Ausführungen) 9.3 Armstreckhebel bei gegnerischer Bodenlage (4 Ausführungen)	
10	Wurftechniken	10.1 Körperwurf 10.2 Selbstfallwurf (4 Ausführungen) 10.3 Weitere Wurftechnik	
11	Stockabwehr / -anwendung	11.1 Festlegetechnik mit dem Stock (2 Ausführungen) 11.2 Transporttechnik mit dem Stock 11.3 Verteidigung gegen Mehrfachangriffe mit dem Stock (angesagt)	
12	Abwehr / Anwendung sonstiger Waffen	12.1 Verteidigung gegen Bedrohung mit dem Messer aus der Nahdistanz (3 Ausführungen) 12.2 Verteidigung gegen Bedrohung mit der Faustfeuerwaffe (2 Ausführungen)	
13	Weiterführungstechniken	13.1 Weiterführung von Hebeltechniken (4 Ausführungen) 13.2 Weiterführung von Wurftechniken (4 Ausführungen)	
14	Gegentechniken	14.1 Gegentechniken gegen Hebeltechniken (4 Ausführungen) 14.2 Gegentechniken gegen Wurftechniken (4 Ausführungen)	
15	Freie Selbstverteidigung	15.1 Verteidigung gegen zwei bewaffnete Angreifer (angesagt und frei)	
16	Freie Anwendungsformen	16.1 Freie Auseinandersetzung mit Ju-Jutsu-Techniken	
17	<i>Freie Darstellung / Kata</i>	<i>Zu dieser Graduierung wird dieses Prüfungsfach nicht geprüft</i>	
18	Kombinationen / Vielfältigkeit	Sinnvolle Technikkombinationen während der gesamten Prüfung	
19	Angriffs- / Partnerverhalten	Verhalten als Prüfling wie auch als Partner während der gesamten Prüfung	

## Prüfungsprogramm 4. Dan Ju-Jutsu

1	<i>Bewegungsformen</i>	<i>Zu dieser Graduierung wird dieses Prüfungsfach nicht geprüft</i>	
2	<i>Falltechniken</i>	<i>Zu dieser Graduierung wird dieses Prüfungsfach nicht geprüft</i>	
3	<i>Komplexaufgaben</i>	<i>Zu dieser Graduierung wird dieses Prüfungsfach nicht geprüft</i>	
4	Bodentechniken	4.1 Zu-Boden-bringen des stehenden Gegners nach erfolgter Wurftechnik (2 Ausführungen) 4.2 Zu-Boden-bringen des stehenden Gegners aus Bauchlage oder Bankposition des Verteidigers (2 Ausführungen) 4.3 Zu-Boden-bringen des stehenden Gegners aus Rücken- oder Seitenlage des Verteidigers (2 Ausführungen)	
5	<i>Abwehrtechniken</i>	<i>Zu dieser Graduierung wird dieses Prüfungsfach nicht geprüft</i>	
6	Atemitechniken	6.1 Atemitechnik (10 Ausführungen)	Ju-Jutsu-Techniken in Kombination
7	Würge- / Nervendrucktechniken	7.1 Nervendrucktechnik (6 Ausführungen) 7.2 Würgetechnik (6 Ausführungen)	
8	Sicherungstechniken	mindestens 2 Festlege-, Aufhebe- und/oder Transporttechniken im Verlauf des Technikprogramms	
9	Hebeltechniken	9.1 Genickhebel (2 Ausführungen) 9.2 Armbeugehebel im Stand (4 Ausführungen) 9.3 Armbeugehebel bei Bodenlage des Gegners (3 Ausführungen) 9.4 Beinhebel (4 Ausführungen)	
10	Wurftechniken	10.1 Kleine Innensichel oder Einhaken oder Fußfegen 10.2 Kleine Außensichel oder Einhaken oder Fußfegen 10.3 Selbstfallwurf (5 Ausführungen) 10.4 Weitere Wurftechnik	
11	Stockabwehr / -anwendung	11.1 Verteidigung mit dem Stock (angesagt)	
12	Abwehr / Anwendung sonstiger Waffen	12.1 Verteidigung gegen Mehrfachangriffe mit dem Messer (angesagt) 12.2 Verteidigung mit einem sonstigen Hilfsmittel (angesagt)	
13	Weiterführungstechniken	13.1 Weiterführung von Ju-Jutsu-Techniken (3x2 Ausführungen)	
14	Gegentechniken	14.1 Gegentechniken gegen Ju-Jutsu-Techniken (3x2 Ausführungen)	
15	Freie Selbstverteidigung	15.1 Verteidigung gegen einen bewaffneten Angreifer (angesagt und frei)	
16	<i>Freie Anwendung</i>	<i>Zu dieser Graduierung wird dieses Prüfungsfach nicht geprüft</i>	
17	Freie Darstellung / Kata	Freie Darstellung oder traditionelle Kata mit Selbstverteidigungscharakter	
18	Kombinationen / Vielfältigkeit	Sinnvolle Technikkombinationen während der gesamten Prüfung	
19	Angriffs- / Partnerverhalten	Verhalten als Prüfling wie auch als Partner während der gesamten Prüfung	

## Prüfungsprogramm 5. Dan Ju-Jutsu

1	<i>Bewegungsformen</i>	<i>Zu dieser Graduierung wird dieses Prüfungsfach nicht geprüft</i>	
2	<i>Falltechniken</i>	<i>Zu dieser Graduierung wird dieses Prüfungsfach nicht geprüft</i>	
3	<i>Komplexaufgaben</i>	<i>Zu dieser Graduierung wird dieses Prüfungsfach nicht geprüft</i>	
4	Bodentechniken	Aufgabenstellung nach freier Wahl des Prüfers (max. 5 Ausführungen)	
5	Abwehrtechniken	Aufgabenstellung nach freier Wahl des Prüfers	Ju-Jutsu-Techniken in Kombination
6	Atemtechniken	Aufgabenstellung nach freier Wahl des Prüfers	
7	Würge- / Nervendrucktechniken	7.1 Würgetechnik mit Armen oder Händen (max. 3 Ausführungen) 7.2 Würgetechnik mit Beinen oder Füßen (max. 3 Ausführungen) 7.3 Würgetechnik mit Verwendung der Kleidung (max. 3 Ausführungen) 7.4 Würgetechnik mit sonstigen Hilfsmitteln (max. 3 Ausführungen) 7.5 Kombinierte Würgetechnik (max. 3 Ausführungen) 7.6 Würgetechnik mit dem Stock (max. 3 Ausführungen)	
8	Sicherungstechniken	8.1 Festlegetechnik (max. 3 Ausführungen) 8.2 Kombinierte Festlegetechnik (max. 3 Ausführungen) 8.3 Transporttechnik (max. 3 Ausführungen) 8.4 Kombinierte Transporttechnik (max. 3 Ausführungen) 8.5 Sicherungstechnik mit dem Stock (max. 3 Ausführungen)	
9	Hebeltechniken	9.1 Genickhebel (max. 4 Ausführungen) 9.2 Handgelenkhebel (max. 7 Ausführungen) 9.3 Armstreckhebel im Stand (max. 5 Ausführungen) 9.4 Armstreckhebel bei Bodenlage des Gegners (max. 5 Ausführungen) 9.5 Armbeugehebel im Stand (max. 5 Ausführungen) 9.6 Armbeugehebel bei Bodenlage des Gegners (max. 5 Ausführungen) 9.7 Beinhebel (max. 6 Ausführungen)	
10	Wurftechniken	10.1 Ausheber (max. 5 Ausführungen) 10.2 Selbstfallwurf (max. 8 Ausführungen) 10.3 Weitere Wurftechnik (max. 5 Ausführungen)	
11	Stockabwehr / -anwendung	11.1 Verteidigung mit dem Stock (angesagt und frei)	
12	Abwehr / Anwendung sonstiger Waffen	Dieses Prüfungsfach wird anhand der im Fach Freie Selbstverteidigung gezeigten Abwehrhandlungen gegen Waffenangriffe bewertet	
13	Weiterführungstechniken	13.1 Weiterführung von Ju-Jutsu-Techniken (5x2 Ausführungen)	
14	Gegentechniken	14.1 Gegentechniken gegen Ju-Jutsu-Techniken (5x2 Ausführungen)	
15	Freie Selbstverteidigung	15.1 Verteidigung gegen 2 bewaffnete Angreifer (angesagt und frei)	
16	<i>Freie Anwendung</i>	<i>Zu dieser Graduierung wird dieses Prüfungsfach nicht geprüft</i>	
17	Freie Darstellung / Kata	Freie Darstellung oder traditionelle Kata mit Selbstverteidigungscharakter	
18	Kombinationen / Vielfältigkeit	Sinnvolle Technikkombinationen während der gesamten Prüfung	
19	Angriffs- / Partnerverhalten	Verhalten als Prüfling wie auch als Partner während der gesamten Prüfung	

## Prüfungsprogramm Ju-Jutsu bis 15 Jahre

1. In den Zwischenprüfungen werden prinzipiell die gleichen Prüfungsfächer geprüft wie in den Vollprüfungen. Jedoch werden in den Zwischenprüfungen die folgenden Prüfungsfächer zu einem Prüfungsabschnitt „Techniken“ zusammengelegt:

- 4 – Bodentechniken
- 5 – Abwehrtechniken
- 6 – Atemitechniken
- 7 – Würge- / Nervendrucktechniken
- 8 – Sicherungstechniken
- 9 – Hebeltechniken
- 10 – Wurftechniken

1.1. Für diesen Prüfungsabschnitt „Techniken“ wird in der Prüfungsliste nur eine Gesamtnote eingetragen.

1.2. Es werden jeweils je nach Zwischenprüfung nur 1/3, 2/3 oder 1/2 der in der Vollprüfung vorgesehenen Aufgaben abverlangt.

1.3. Der Trainer, der die Kinder zur Prüfung vorbereitet hat, gibt dem Prüfer die jeweiligen Aufgaben vor.

1.4. Ausschlaggebend ist die Anzahl der Aufgaben; es ist unerheblich, ob damit alle im Vollgurt geforderten Prüfungsfächer abgedeckt werden.

2. Folgende Prüfungsfächer sind als Basis des Ju-Jutsu zu sehen oder so komplex, dass eine kontinuierliche Hinführung zur Zielübung im Vollgurt gefordert ist. Deshalb werden sie, sofern sie bei der entsprechenden Gurtstufe vorhanden sind, auch in den Zwischenprüfungen in vollem Umfang geprüft:

- 1 – Bewegungsformen
- 2 – Falltechniken
- 3 – Komplexaufgaben
- 11 – Stockabwehr / -anwendung
- 12 – Abwehr/ Anwendung sonstiger Waffen
- 13 – Weiterführungstechniken
- 14 – Gegentechniken
- 15 – Freie Selbstverteidigung
- 16 – Freie Anwendungsformen
- 18 – Kombinationen / Vielfältigkeit
- 19 – Angriffs- / Partnerverhalten

### 3. Prüfungsinhalte

6.1 Kyu	5 Aufgaben im Prüfungsabschnitt „Techniken“ des 5. Kyu <sup>1)</sup>
6.2 Kyu	11 Aufgaben im Prüfungsabschnitt „Techniken“ des 5. Kyu <sup>1)</sup>
5. Kyu	Vollprüfung wie im Prüfungsprogramm Ju-Jutsu ab 15 Jahre
5.1 Kyu	5 Aufgaben im Prüfungsabschnitt „Techniken“ des 4. Kyu <sup>1)</sup>
5.2 Kyu	10 Aufgaben im Prüfungsabschnitt „Techniken“ des 4. Kyu <sup>1)</sup>
4. Kyu	Vollprüfung wie im Prüfungsprogramm Ju-Jutsu ab 15 Jahre
4.1 Kyu	9 Aufgaben im Prüfungsabschnitt „Techniken“ des 3. Kyu <sup>1)</sup>
3. Kyu	Vollprüfung wie im Prüfungsprogramm Ju-Jutsu ab 15 Jahre
3.1 Kyu	12 Aufgaben im Prüfungsabschnitt „Techniken“ des 2. Kyu <sup>1) 2)</sup>
2. Kyu	Vollprüfung wie im Prüfungsprogramm Ju-Jutsu ab 15 Jahre
2.1 Kyu	12 Aufgaben im Prüfungsabschnitt „Techniken“ des 1. Kyu <sup>1)</sup>

<sup>1)</sup> Zusätzlich werden die nicht im Prüfungsabschnitt „Techniken“ zusammengefassten Prüfungsfächer des nächsten Vollgurttes in vollem Umfang verlangt.

<sup>2)</sup> Das Prüfungsfach „Abwehr / Anwendung sonstiger Waffen“ wird in der Prüfung zum 3.1 Kyu abweichend hiervon nicht geprüft.

## **Prüfungsprogramm Ju-Jitsu Gewaltprävention**

Beispiel für die Anforderungen für die Graduierung im Rahmen von SV-Kursen:

1. Notwehr
2. Nothilfe: Opfer aus dem Gewaltmagnetfeld des Angreifers bringen; Körperabbiegen
3. Distanz herstellen: Bewegungslehre; Handballentechnik; Stimme einsetzen
4. Abwehr gegen Schläge: Handabwehr; passive Abwehr
5. Befreiungen aus Handgelenkfassen: Grifflösen; Griffsprengen
6. Befreiung gegen Griff zum Hals/Revers: Griffsprengen; Windmühle
7. Fallen: SV- Fallen; Sturz seitwärts
8. Anwendungsform: Raufen/Ringen; Kampf mit offenen Händen