

Prüfungsprogramm Jiu-Jitsu Kyu (ab 45 Jahre)						2026
		5. Kyu	4. Kyu	3. Kyu	2. Kyu	1. Kyu
Grundtechniken	Falltechniken	3	3	3	4	5
	Ausweichtechniken	1	2	3	4	5
	Blocktechniken/Ableiten/Weiterleiten	2	3	4	5	6
	Schlag- und Stoßtechniken mit dem Arm/Kopf	2	3	4	5	6
	Schlag- und Stoßtechniken mit dem Bein	1	2	2	4	5
	Wurftechniken	2	3	4	6	8
	Hebeltechniken	2	4	6	8	10
	Würgetechniken	2	4	6	7	8
	Festlegetechniken	1	2	3	4	5
	Transporttechniken	1	2	3	4	5
Abwehr gegen	Hand-/Handgelenk/Armfassen (ab 3.Kyu auch aus der Bodenlage)	2	4	6	7	8
	Revers-/Kragenfassen (ab 3.Kyu auch aus der Bodenlage)	2	3	4	5	6
	Haarzug/Haarefassen/Ohrzug (ab 1.Kyu auch aus der Bodenlage)			1	2	3
	Würgen (ab 3.Kyu auch aus der Bodenlage)	2	3	4	6	8
	Körper- und Brustumklammerung (ab 3.Kyu auch aus der Bodenlage)	2	3	4	5	6
	Kopfumklammerung (ab 3.Kyu auch aus der Bodenlage)	1	2	3	4	4
	Nelson/Doppelnelson			1	1	2
	Schlag- und Stoßangriffe mit dem Arm (ab 3.Kyu auch aus der Bodenlage)		2	3	5	6
	Schlag- und Stoßangriffe mit dem Bein (ab 3.Kyu auch aus der Bodenlage)		1	2	3	4
	Stockangriffe	1	2	4	5	6
	Messerangriffe		2	3	4	6
	Pistolenangriffe		1	2	2	3
	Freie Angriffe					

Prüfungsprogramm Jiu-Jitsu Dan (ab 45 Jahre)					
	1. Dan	2. Dan	3. Dan	4. Dan	5. Dan
Vorkenntnisse	Absolvieren des Prüfungsprogramms des 1. Kyu				
Abwehr von freien Angriffen					
Zusatzaktionen		5	10	15	20 oder traditionelle (aus dem Kodokan) bzw. freie Kata mit min. 20 Techniken
Kata	Kodokan Goshin Jutsu	Kime No Kata	Ju No Kata	Itsutsu No Kata	Koshiki No Kata alternativ eine weitere Kata aus dem Kodokan

*Ist es einem Prüfling nicht möglich die geforderte Kata aufgrund einer körperlicher Beeinträchtigung zu demonstrieren, kann er eine andere noch nicht gezeigte **Kodokan-Kata** wählen. Diese Kata ist im DJJV-Pass unter den Namen der Prüfer einzutragen (z.B. zum 2.Dan bei Knie Problemen die „**Ju No Kata**“). Jede **Kodokan-Kata** kann für eine Dan Graduierung nur einmal demonstriert werden.