



JJVÖ

オーストリア柔術連盟

Jiu Jitsu Verband Österreich

Jiu Jitsu Federation Austria

PRÜFUNGS- REGELWERK

STAND: 01.01.2025

SPORT AUSTRIA 
BUNDES-SPORTORGANISATION

JJVÖ – Jiu Jitsu Verband Österreich, Fachverband für Selbstverteidigung, Jiu Jitsu-Kampfsport
und verwandte Kampfsportarten, ZVR: 057032729 • www.jjvoe.at • Präsident Horak Robert – Dampfschiffhafen 2, 1200 Wien
Bankverbindung Erste Bank BLZ 20111 - Kto. Nr.: 29423258100 IBAN: AT862011129423258100 BIC: GIBAATWWXX

INHALTSVERZEICHNIS

1	Allgemeines.....	3
2	Kyu Graduierung	4
2.1	Vorbereitungszeiten, Anerkennung.....	4
2.2	Prüfungsprogramm.....	4
2.3	Kyu Prüfung	5
2.3.1	Anmeldung	5
2.3.2	Prüfungsgebühr	5
2.3.3	Prüfungstermin.....	5
2.3.4	Prüfungsberechtigte	5
2.3.5	Prüfungsprotokolle.....	5
2.3.6	Prüfung.....	5
2.3.7	Urkunde.....	5
3	Dan Graduierung.....	6
3.1	Vorbereitungszeiten	6
3.2	Prüfungsprogramm.....	6
3.3	Voraussetzungen	6
3.4	Erforderliche Aktivitäten.....	7
3.5	Dan Prüfung.....	8
3.5.1	Anmeldung	8
3.5.2	Prüfungsgebühr	8
3.5.3	Prüfungstermin und Prüfungsort.....	8
3.5.4	Prüfungsberechtigte, Prüfungskommission.....	8
3.5.5	Prüfungsprotokoll.....	9
3.5.6	Prüfung.....	9
3.5.7	Kerntechniken für 1. Dan.....	9
3.5.8	Urkunde.....	9
3.5.9	Dan-Gürtel:.....	9
3.6	Junior Black Belt Prüfung	10
3.7	Verleihung von Dan-Graduierungen	10
3.7.1	1. - 4. Dan Jiu Jitsu	10
3.7.2	6. - 10. Dan Jiu Jitsu	10
3.7.3	Ehrungen	11
3.8	JJVÖ Stilrichtungsprogramme	11
3.9	Anerkennung von Dan-Graduierungen.....	11
4	Allgemeine Prüfungsregeln	12

4.1	Gültigkeit von Prüfungen	12
4.2	Prüfungsablauf, Prüfungsetikette	12
4.3	Kandidat*in mit Handicap	14
4.4	Rechtsmittel	14
4.5	Verwaltung, Dokumentation	14
5	Ehrentitel	15
5.1	Voraussetzungen	15
5.2	Verwendung von Ehrentitel	16
5.3	Bedeutung der Ehrentitel	16
5.3.1	Renshi, 練士	16
5.3.2	Shihan 師範	16
5.3.3	Kyōshi, 教士	16
5.3.4	Hanshi, 範士	16
ANHANG A:	Aktivitäten A, B und C	17
ANHANG B:	Kerntechniken	19

1 Allgemeines

Das Prüfungsregelwerk wurden von der Technischen Kommission (i. e. Vorstand des Dankollegiums) ausgearbeitet und in der vorliegenden Form auf der Internetseite des JJVÖ www.jjvoe.at publiziert. Die gegenständliche Version erlangt mit 01.01.2025 Gültigkeit.

Für Detailfragen stehen der*die Vorsitzende des Senat II und dessen*deren Stellvertreter*in (publiziert auf der Internetseite des JJVÖ www.jjvoe.at) gerne zur Verfügung.

Die Ausführungen des Prüfungsregelwerkes beziehen sich auf alle Menschen, die im JJVÖ eine Prüfung ablegen wollen. Sollte sich eine Person nicht in den Formulierungen wiederfinden bzw. Unklarheiten die eigene Person betreffend auftreten, kann diese Person sich an die mit Genderfragen beauftragte Person (Kontakt Daten auf der Internetseite des JJVÖ www.jjvoe.at) wenden.

Alle Prüfungen im Jiu Jitsu Verband Österreich (JJVÖ) unterstehen der Prüfungshoheit des JJVÖ, der durch seine Fachorgane bzw. seine Landesverbände tätig wird. Die erworbenen oder verliehenen Gürtelgrade sind die öffentliche Anerkennung für die entsprechende erfolgreich abgelegte Prüfung oder für besondere Leistungen.

Ausnahmen vom gegenständlichen Prüfungsregelwerk sind jedenfalls von der technischen Kommission des JJVÖ (TK) zu entscheiden.

2 Kyu Graduierung

Die technischen Grade 5. bis 1. Kyu sind Angelegenheit der jeweiligen Vereine.

2.1 Vorbereitungszeiten, Anerkennung

Die Vorbereitungszeiten zwischen den Graduierungen sind Mindestanforderungen. Zur Erzielung guter sportlicher Leistungen gilt die Regel, die Gürtelklassen und Graduierungen länger zu tragen. Das Überspringen von Prüfungen ist normalerweise nicht möglich. Folgende Ausnahmen sind möglich:

- Budoka, welche aus artverwandten Budo Disziplinen dem JJVÖ beitreten und mindestens den 3. Kyu abgelegt haben. Diese dürfen maximal zum 3. Kyu des JJVÖ direkt antreten, eine höhere Einstufung ist nicht möglich. Die Urkunde ist gemäß Tarifordnung des JJVÖ zu bezahlen, die Graduierung wird im Verwaltungssystem des JJVÖ eingetragen.
- Budoka, welche in einem anderen österreichischen Verband oder einem ausländischen Verband eine Kyu-Prüfung in Jiu Jitsu abgelegt haben und dem JJVÖ beitreten. Die Einstufung obliegt dem Verein und ist auch bis zum 1. Kyu möglich, die Dokumentation der vorangegangenen Prüfungen muss vorliegen und im Verwaltungssystem des Verbandes nachgetragen werden. Die letzte Urkunde ist gemäß Tarifordnung des JJVÖ zu bezahlen, die Graduierung wird im Verwaltungssystem des JJVÖ eingetragen.
- Budoka, die eine Kyu-Prüfung in einer der anerkannten Stilrichtungen des JJVÖ (siehe Kapitel 3.8) abgelegt haben, können eine einmalige Anerkennung beantragen. Die Urkunde ist gemäß Tarifordnung des JJVÖ zu bezahlen, die Graduierung wird im Verwaltungssystem des JJVÖ eingetragen.

Graduierungen des JJVÖ	Alter	Vorbereitungszeit
6. Kyu (weiß)	Kein Limit	-
5. Kyu (gelb)	ab 10 Jahre	mind. 6 Monate
4. Kyu (orange)	ab 11 Jahre	mind. 7 Monate
3. Kyu (grün)	ab 12 Jahre	mind. 10 Monate
2. Kyu (blau)	ab 13 Jahre	mind. 10 Monate
1. Kyu (braun)	ab 15 Jahre	mind. 12 Monate

2.2 Prüfungsprogramm

Das JJVÖ Jiu Jitsu-Prüfungsprogramm (publiziert auf der Internetseite des JJVÖ www.jjvoe.at) gilt als Minimalkonsens und qualitative Messlatte. Nur dieses Programm berechtigt zu einer JJVÖ-Urkunde in Jiu Jitsu.

Für im JJVÖ gemeldete Kinder unter 10 Jahren besteht die Möglichkeit der Kindergurtprüfungen. Diese sind ausschließlich Vereinsangelegenheit. Diese Prüfungen müssen dem Verband nicht gemeldet werden.

2.3 Kyu Prüfung

Bei Kyu-Prüfungen ist der Verein für die Administration, Durchführung und Vermerkung im Dokumentationssystem des JJVÖ zuständig. Kyu-Prüfungen müssen im Einklang mit den Richtlinien des JJVÖ stehen und haben nur mit der offiziellen JJVÖ-Urkunde Gültigkeit. Das Prüfungsprogramm und technische Fragen sind ausschließlich Angelegenheit des Senats II.

2.3.1 Anmeldung

Die Anmeldung zu einer Kyu-Prüfung erfolgt im Verein nach dessen Bestimmungen.

2.3.2 Prüfungsgebühr

Die Prüfungsgebühr ist entsprechend der Tarifordnung des JJVÖ zu entrichten und berechtigt zur Ausfertigung der offiziellen Urkunde.

2.3.3 Prüfungstermin

Die Festlegung der Prüfungstermine obliegt dem Verein, wobei die Mindestvorbereitungszeit in jedem Fall einzuhalten ist.

2.3.4 Prüfungsberechtigte

Zur Prüfungsabnahme von Kyu Graduierungen ist jede*r im JJVÖ anerkannte Jiu Jitsu Danträger*in berechtigt. Bis einschließlich 2. Kyu ist es einem*einer Prüfer*in allein möglich die Prüfung abzuhalten. Für den 1. Kyu müssen zwei Prüfer*innen anwesend sein. Prinzipiell können Kyu-Prüfungen vereinsintern abgelegt werden. Es wird jedoch empfohlen für die Prüfung zum 1. Kyu eine*n externe*n Prüfer*in hinzuzuziehen.

2.3.5 Prüfungsprotokolle

Zur einheitlichen Bewertung von Gürtelprüfungen werden standardisierte JJVÖ Prüfungsprotokolle bereitgestellt. Es sind ausnahmslos diese zu verwenden und korrekt von den prüfenden Personen auszufüllen. Prüfungsprotokolle für Kyu-Graduierungen verbleiben im Verein. Kyu-Prüfungen müssen in das offizielle Dokumentationssystem des JJVÖ eingetragen werden, um anerkannt zu werden. Nicht zuletzt ist die offizielle Urkunde zum 1. Kyu Voraussetzung zur Anmeldung für die Prüfung zum 1. Dan.

2.3.6 Prüfung

Der Ablauf der Prüfung ist Angelegenheit der jeweiligen Vereine. In Hinblick auf eine mögliche Dan-Prüfung wird jedoch empfohlen die Prüfungsetikette (siehe Kapitel 4.2) für diese einzuhalten.

2.3.7 Urkunde

Kyu-Urkunden können vom Verein selbst durch die berechtigten Personen über das Dokumentationssystem des JJVÖ ausgedruckt werden.

3 Dan Graduierung

Die technischen Grade 1. bis 5. Dan sind im Rahmen einer kommissionellen JJVÖ Prüfung basierend auf dem vom JJVÖ veröffentlichten Prüfungsprogramm zu erlangen.

3.1 Vorbereitungszeiten

Die Vorbereitungszeiten zwischen den Graduierungen sind Mindestanforderungen. Zur Erzielung guter sportlicher Leistungen gilt die Regel, die Gürtelklassen und Graduierungen länger zu tragen. Das Überspringen von Prüfungen ist nicht möglich.

Graduierungen des JJVÖ	Alter	Vorbereitungszeit
Junior Black Belt	ab 16 Jahre	mind. 12 Monate
1. Dan	ab 18 Jahre mit Junior Black Belt ab 17 Jahre	mind. 12 Monate
2. Dan	ab 20 Jahre	mind. 2 Jahre
3. Dan	ab 23 Jahre	mind. 3 Jahre
4. Dan	ab 27 Jahre	mind. 4 Jahre
5. Dan	ab 33 Jahre	mind. 5 Jahre
6. Dan bis 10. Dan	Verleihung in 5-Jahresschritten möglich	

Die „geistigen Meistergrade“ 6. bis 10. Dan werden vom Senat I der technischen Kommission des JJVÖ nach Vorliegen der entsprechenden Voraussetzungen verliehen (*siehe Kapitel 5*).

3.2 Prüfungsprogramm

Für den 1. Dan bis 4. Dan veröffentlicht der JJVÖ ein Prüfungsprogramm (publiziert auf der Webseite des JJVÖ www.jjvoe.at), das vom Prüfling zu präsentieren ist.

Der 5. Dan hat kein spezifisches Programm. Der*die Kandidat*in präsentiert seine*ihre Interpretation des Jiu Jitsu einer Kommission, die darüber befindet.

Das JJVÖ-Jiu Jitsu-Prüfungsprogramm gilt als Minimalkonsens und qualitative Messlatte. Nur dieses Programm berechtigt zu einer JJVÖ-Urkunde in Jiu Jitsu (ohne weitere Anführung/Bezeichnung etwaiger Stilrichtungen).

3.3 Voraussetzungen

Für jede Dan-Prüfungen sind Mindestvoraussetzungen zu erfüllen, die im Antragsformular zu dokumentieren sind:

- Letzte Prüfungsurkunde, sofern sie nicht im Verwaltungssystem des JJVÖ dokumentiert ist.
- Zustimmung der Lehrperson. Sollte der*die Antragsteller*in seinen*ihren Verein selbst technisch leiten und keine direkte Lehrperson haben, welche der Prüfung zustimmen kann, so kann die Antragstellung von einer höhergraduierten Lehrperson eigener Wahl befürwortet werden.
- Auflistung und eventuell erforderlicher Nachweis der geforderten Aktivitäten in der Vorbereitungszeit (*siehe Kapitel 3.4*)
- Gegebenenfalls sportlicher Lebenslauf und Zusatzqualifikationen

- Wird eine schriftliche Arbeit erstellt, so ist diese elektronisch (PDF) mit dem Prüfungsantrag zu übermitteln. Ein Leitfaden zur Erstellung einer theoretischen Dan-Arbeit ist auf der Internetseite des JJVÖ im Download-Bereich zu finden.
- Für die Prüfung des 5. Dan muss ein Index des freien Programms vorgelegt werden, welcher der Überprüfung des Senats II unterliegt.
- Für die Zulassung zur Prüfung zum 3. Dan ist eine abgeschlossene Ausbildung zum JJVÖ Jiu Jitsu Übungsleiter*in erforderlich.
- Für die Zulassung zur Prüfung zum 5. Dan ist eine abgeschlossene Ausbildung zum JJVÖ Jiu Jitsu Instruktor*in erforderlich.

3.4 Erforderliche Aktivitäten

Es müssen in der Vorbereitungszeit eine Mindestzahl an Aktivitäten, die in Punkten bewertet werden, aus drei Kategorien im JJVÖ nachweisen können. Eine Auflistung der Aktivitäten ist im *ANHANG A*: zu finden. Nicht angeführte Aktivitäten werden vom Senat II bewertet und gegebenenfalls berücksichtigt. Als Bewertungszeitraum gilt die Mindestvorbereitungszeit (*siehe Tabelle Kapitel 3.1*), Stichtag ist der Anmeldeschluss (nicht der Prüfungstermin). Bei begründeter Absage einer Prüfung oder bei negativer Beurteilung einer Prüfung bleiben die Punkte bis zum neuerlichen Antritt, jedoch maximal 18 Monate, erhalten.

Die erfolgreich abgelegte Prüfung zum* zur JJVÖ Jiu Jitsu Übungsleiter*in, JJVÖ Jiu Jitsu Instruktor*in, JJVÖ Jiu Jitsu Trainer*in, Listenführer*in, Kampfrichter*in oder Dan-Prüfer*in kann auch außerhalb des Bewertungszeitraums liegen. Gleiches gilt für Erste Hilfe-Kurse, sofern die Teilnahme nicht länger als 5 Jahre zurück liegt.

- Kategorie A: Ausbildung
Von Jiu Jitsu-spezifischen Ausbildungen (z. B. Jiu Jitsu Instruktor*in) können Fixpunkte nach abgelegter Prüfung für die nächste mitgenommen werden, die nie verfallen. Von nicht Jiu Jitsu-spezifischen Ausbildungen (z. B. Allgemeine*r Sport Instruktor*in) können keine Fixpunkte für die nächste Prüfung mitgenommen werden.
- Kategorie B: Budo
Von Aktivitäten dieser Kategorie verfallen die Punkte nach abgelegter Dan-Prüfung.
- Kategorie C: Aktivitäten
Von Aktivitäten dieser Kategorie verfallen die Punkte nach abgelegter Dan-Prüfung.

Folgende Mindestpunktezahlen müssen nachgewiesen werden:

- Prüfung zum 1. und 2. Dan: 16 Punkte
1 Perfektionstraining, mindestens 8 Punkte aus Kategorie B sowie zumindest eine Aktivität aus Kategorie A oder C.
- Prüfung zum 3. und 4. Dan: 20 Punkte
2 Perfektionstrainings, mindestens 10 Punkte aus Kategorie B sowie zumindest eine Aktivität aus Kategorie A oder C.
- Prüfung zum 5. Dan: 30 Punkte
3 Perfektionstrainings, mindestens 15 Punkte aus Kategorie B sowie zumindest eine Aktivität aus Kategorie A oder C.

3.5 Dan Prüfung

3.5.1 Anmeldung

Die Anmeldung zur Dan-Prüfung muss spätestens 2 Monate vor dem Prüfungstermin mittels Antragsformulars (publiziert auf der Internetseite des JJVÖ www.jjvoe.at) beim Senat II elektronisch (PDF, JPG) einlangen. Die Anträge müssen in jedem Fall lesbar übermittelt werden. Nicht fristgerechte Anträge bzw. Anträge, die den Mindestvoraussetzungen nicht entsprechen, können nicht berücksichtigt werden (außer fehlende Nachweise können bis zum Abgabestichtag erbracht werden). Ausnahme- oder Härtefälle müssen durch den Senat II durch Mehrheitsbeschluss freigegeben werden.

Kann der angestrebte Prüfungstermin aus wichtigen Gründen (z. B. Krankheit) entschuldigt nicht wahrgenommen werden, so ist der Antrag weitere 18 Monate ab nicht wahrgenommenem Prüfungstermin gültig. Andernfalls verfällt der Antrag, die Prüfungsgebühr wird nicht rückerstattet.

Der Antrag wird nach Prüfung durch den Senat II schriftlich bestätigt (in der Regel per E-Mail) und die prüfungsrelevanten Informationen (Ort, Uhrzeit, Kommission) übermittelt.

3.5.2 Prüfungsgebühr

Die Prüfungsgebühr gemäß Tarifordnung des JJVÖ ist spätestens 2 Wochen vor der Prüfung zu entrichten und gegebenenfalls am Tag der Prüfung durch einen geeigneten Nachweis zu belegen. Sollte die Prüfungsgebühr nicht entrichtet worden sein, ist der Prüfungsantritt nicht möglich.

3.5.3 Prüfungstermin und Prüfungsort

Dan-Prüfungen können nur zu den vom JJVÖ ausgeschriebenen Terminen am festgelegten Ort abgelegt werden. In der Regel werden 3 Termine pro Jahr (Frühling, Sommer, Herbst/Winter) angesetzt, die auf der Homepage des JJVÖ veröffentlicht werden.

Eine Ausnahme besteht für Kadersportler*innen des JJVÖ (A- oder B-Kader) und International tätige Kampfrichter*innen des JJVÖ die auf Grund ihrer Wettkampftätigkeit die Regeltermine nicht wahrnehmen können. Auf Antrag wird durch den Senat II ein Sammeltermin und der -ort der Prüfung festgelegt. Es werden maximal zwei Sondertermine im Jahr in Absprache mit dem*der Sportdirektor*in genehmigt. Es ist nicht zulässig, dass Sportler*innen zu diesen Terminen Prüfungen ablegen, die nicht Mitglied des A- oder B-Kaders des JJVÖ sind.

Ein Wunschtermin und/oder Wunschort ist für Prüfungen vom 1. bis 4. Dan nicht zulässig. Nur Prüflinge, die zum 5. Dan antreten, können einen Wunschtermin und -ort vorschlagen, an dem sie die Prüfung ablegen möchten.

3.5.4 Prüfungsberechtigte, Prüfungskommission

Zur Prüfungsabnahme von Dan-Graduierungen sind alle im JJVÖ anerkannten Jiu Jitsu Danträger*innen mit gültiger Prüfer*innenlizenz und aktiver Mitgliedschaft im JJVÖ berechtigt. Die Technische Kommission ist berechtigt, bei Vorliegen triftiger Gründe jederzeit die Prüfungsberechtigung zu entziehen. Gründe hierfür können u. a. sein:

- Verbandsschädigendes Verhalten
- Nichterfüllung der notwendigen Kriterien (sowohl technischer als auch persönlicher Art)

- sowie alle im Einzelnen anfallenden Punkte die je nach Fall einer Intervention durch die TK bedürfen.

Die Prüfungskommission bestehend aus mindestens drei Personen und wird ausnahmslos durch den Senat II beauftragt. Der*Die Vorsitzende (= Höchstgraduierte) muss höher graduiert sein als der vom Prüfling angestrebte Grad. Für die beiden Beisitzer*innen ist die angestrebte Graduierung das Mindestfordernis.

3.5.5 Prüfungsprotokoll

Zur einheitlichen Bewertung von Gürtelprüfungen werden standardisierte JJVÖ Prüfungsprotokolle bereitgestellt. Es sind ausnahmslos diese zu verwenden, korrekt von der Prüfungskommission auszufüllen, und dem Senat II zu übergeben.

3.5.6 Prüfung

Dan-Prüfungen sind öffentlich, Interessierte haben die Möglichkeit der Prüfung beizuwohnen. Der JJVÖ und die Landesverbände sind berechtigt, Personen zur Beobachtung einer Prüfung zu entsenden.

3.5.7 Kerntechniken für 1. Dan

Für die Prüfung zum 1. Dan wird ein Mindestmaß an Kerntechniken vom Prüfling gefordert, die im gesamten Prüfungsprogramm gezeigt werden können und seine Basis dokumentieren sollen. Werden keine oder nur wenige der empfohlenen Kerntechniken gezeigt, so kann die Prüfungskommission diese einfordern (z. B. durch geforderten Einbau in einen Technikablauf). Das Erfüllen eines Mindestmaßes an Kerntechniken fließt in die Bewertung der Prüfung ein. Eine Auflistung der empfohlenen Kerntechniken ist im *ANHANG B*: angeführt.

3.5.8 Urkunde

Dan-Prüfungsurkunden, die Protokolle und Feedbackbögen werden zeitgerecht durch den Senat II vor der Prüfung beim JJVÖ Sekretariat beantragt.

3.5.9 Dan-Gürtel:

Junior Black Belt: schwarzer Gürtel mit weißem Längsstreifen
1. bis 10. Dan (Kuro obi): schwarzer Gürtel, evtl. auch mit der entsprechenden Zahl von Querstreifen am Gürtelende

Darüber hinaus, alternativ:

4. bis 5. Dan: rot-schwarzer Gürtel

6. bis 8. Dan (Kohaku obi): rot-weißer Gürtel

9. und 10. Dan (Aka obi): roter Gürtel

3.6 Junior Black Belt Prüfung

Prinzipiell unterliegt eine Prüfung zum Junior Black Belt den gleichen Regeln wie Dan-Prüfungen, wobei folgende Sonderregeln gelten:

- Der Prüfungstermin darf grundsätzlich von der antragstellenden Person durch die Vereinsvertretung selbst vorgeschlagen werden. Er muss jedoch vor der Durchführung in einer JJVÖ Senat II Sitzung bekanntgegeben werden.
- Die Prüfungskommission setzt sich aus drei Prüfer*innen zusammen, von denen mindestens eine*r vereinsextern ist. Die Vereinsvertretung des Prüflings hat die Möglichkeit sich selbstständig um diese Kommission umzusehen, diese einzuteilen und der TK vorzuschlagen. Die Prüfungsfreigabe erfolgt ausschließlich im Wege des Senats II. Der Senat II hat das Recht etwaige Eingriffe in der Zusammensetzung der Prüfungskommission vorzunehmen.
- Für den Junior Black Belt gilt das Prüfungsprogramm wie für den 1. DAN (siehe Internetseite des JJVÖ).
- Die Vergebührung erfolgt entsprechend der Tarifordnung des JJVÖ.

3.7 Verleihung von Dan-Graduierungen

Sämtliche Verleihungen von Dan-Graduierungen sind beim TK-Vorsitz, dem Vorsitz des Senates I oder einem vom Senat I delegierten Mitglied mittels Antragsformular (publiziert auf der Internetseite des JJVÖ www.jjvoe.at) zu beantragen und werden vom Senat I beschlossen. Für Verleihungen fallen keine Gebühren an.

Der 5. Dan kann ausschließlich durch Prüfung oder einen mehrstündigen Lehrauftritt vor drei Danträger*innen ab 6. Dan erlangt werden.

3.7.1 1. - 4. Dan Jiu Jitsu

Grundsätzlich sind alle JJVÖ Jiu Jitsu Graduierung bis inklusive 5. Dan Jiu Jitsu durch eine Prüfung zu erwerben. Nach dem geprüften 1. Dan Jiu Jitsu kann bis zum 4. Dan Jiu Jitsu nur einmalig auf Antrag eine technische Graduierung verliehen werden.

3.7.2 6. - 10. Dan Jiu Jitsu

Der 6. bis 10. Dan kann nur durch Verleihung erlangt werden.

Folgende Kriterien für eine Verleihung für den 6. bis zum 10. Dan werden geprüft:

- Mindestwartezeit/Alter erfüllt
- Aktiv bei JJVÖ Veranstaltungen
- Leitung von Perfektionstrainingseinheiten
- Vortragende*r bei JJVÖ Lehrgängen
- Aktiv bei JJVÖ Präsentationen (Tag des Sportes ...)
- Öffentlichkeitsarbeit
- Vortragende*r bei Listenführung/Kampfrichter*innen Kursen
- Vortragende*r bei Übungsleiter*innen/Instruktor*innen/Trainer*innen Kursen
- Aktive*r Prüfer*in bei JJVÖ Dan-Prüfungen
- Aktive*r JJVÖ Referatsleiter*in
- Aktive*r JJVÖ Funktionär*in
- Aufbau weiterer Jiu Jitsu Vereine
- Wettkampferfolge als Vereinstrainer*in

3.7.3 Ehrungen

In besonderen Fällen können Ehrungen jeglicher Art (Ehrennadel, Ehrendan, nummerierter Dan h.c. oder ähnliches) verliehen werden. Ein entsprechender Vorschlag ist an das Präsidium zu richten, welches über den Vorschlag und die Form der Ehrung entscheidet.

Damit nicht verbunden sind Rechte und Pflichten von geprüften oder verliehenen Danträger*innen (z.B. Stimmrecht in der DK Vollversammlung, Prüfer*in ...).

3.8 JJVÖ Stilrichtungsprogramme

Als Stilrichtungsprogramme vom JJVÖ sind bereits anerkannt:

- Prüfungsprogramm der IKF-JJ
- Prüfungsprogramm der WKF
- Prüfungsprogramm des Goshindo (wird jeweils von Fall zu Fall entschieden!)
- Nippon Jujitsu - Kawaishi Ryu

Prüfungsprogramme anderer Stilrichtungen können nach Abgleich und Überprüfung der Mindestanforderungen im direkten Vergleich mit dem JJVÖ Prüfungsprogramm durch die TK des JJVÖ als gültiges JJVÖ Stilrichtungsprogramm anerkannt werden. Dieses Programm berechtigt dann zu einer JJVÖ-Urkunde in der speziellen Stilrichtung, die Urkunde wird unter Nennung der entsprechenden Stilrichtung (z.B. „1. Dan Goshindo“ oder „2. Dan Nippon Jujitsu - Kawaishi Ryu“) vom Verband ausgestellt. Die Prüfung unterliegt der Gebührenordnung des JJVÖ.

Soll eine Graduierung in einer dieser Stilrichtungen als Jiu Jitsu gemäß JJVÖ anerkannt werden, so kann entweder die Prüfung der entsprechenden Graduierung nach dem JJVÖ Jiu Jitsu Programm abgelegt oder eine einmalige Anerkennung bis max. 2. Dan beantragen werden. Die Urkunde ist gemäß Tarifordnung des JJVÖ zu bezahlen.

3.9 Anerkennung von Dan-Graduierungen

Bei neu in den JJVÖ eintretenden Vereinen oder Einzelpersonen anderer Gruppierungen, Stilrichtungen oder Verbände wird die einmalige Anerkennung der bisherigen Graduierungen bis max. 2. Dan durch die TK des JJVÖ geprüft. Die Anerkennung der letzten Graduierung ist gemäß Tarifordnung des JJVÖ zu bezahlen. Dies ist die Voraussetzung zur Ausstellung einer Urkunde des JJVÖ und für die Eintragung im Verwaltungssystem des JJVÖ.

4 Allgemeine Prüfungsregeln

4.1 Gültigkeit von Prüfungen

Prüfungen nach dem gültigen Jiu Jitsu-Prüfungsprogramm und diesem Regelwerk des JJVÖ sind in jedem Falle anerkannt, wobei Prüfer*in und Prüfling dem JJVÖ angehören müssen. Graduierungen haben nur mit JJVÖ-Prüfungsurkunde Gültigkeit, die Erfassung im Verwaltungssystem des JJVÖ ist verpflichtend (*siehe Kapitel 4.5*).

Nur eine JJVÖ Jiu Jitsu Graduierung berechtigt zur Teilnahme an staatlichen Ausbildungskursen (Instruktor*in, Trainer*in ...). Die Möglichkeit zur Teilnahme an staatlichen Ausbildungskursen jeder anderen Stilrichtungsgraduierung wird im Einzelfall durch den Senat III (Aus- und Fortbildung) genehmigt.

4.2 Prüfungsablauf, Prüfungsetikette

- Der Prüfling und dessen Uke erscheinen pünktlich und gut vorbereitet zum Prüfungstermin. Der Prüfungstermin ist ausreichend früh bekannt und für den Prüfungstag entsprechende Zeit vorzusehen. Der genaue Zeitpunkt der eigenen Prüfung kann vorher nicht bekannt gegeben werden, vor allem, wenn man nicht der*die erste Kandidat*in ist.
- Bei Nichtantreten zu einer Dan-Prüfung (aus welchen Gründen auch immer) muss sich der*die Kandidat*in spätestens 1 Woche vor Termin bei dem*der Vorsitzenden des Senat II schriftlich/telefonisch (E-Mail) abmelden, sonst verfällt die Prüfungsgebühr.
- Sind zu einem Termin bei einer Kommission mehrere Prüfungen vorgesehen, so erfolgt die Reihenfolge der Prüfungen immer aufsteigend der angestrebten Graduierung. D.h. die niedrigste Graduierung beginnt, die höchste kommt am Schluss. Ausnahmen sind nicht zulässig.
- Der Prüfungskommission ist ein genügend großer Tisch sowie ausreichend Stühle zur Verfügung zu stellen. Prüfungsprotokolle, Prüfungsurkunden und die Feedbackbögen sind vom Senat II zur Verfügung zu stellen. Die Mattenfläche wird vom Ausrichter der Prüfung zur Verfügung gestellt.
- Sowohl die Prüfer*innen als auch Tori und Uke erscheinen ausschließlich im weißen Keikogi (ab 1. Dan verpflichtend) mit ihrer aktuellen Jiu Jitsu-Graduierung. Das Tragen spezieller Mattenschuhe ist erlaubt. Schmuck und dergleichen darf aus Sicherheitsgründen nicht getragen werden, das Tragen einer (Sport-)Brille erfolgt auf eigene Gefahr. Weiblich gelesene Prüflinge müssen ein weißes T-Shirt/Rushguard unter dem Keikogi tragen. In Hinblick auf die Möglichkeit Würfe ohne Greifen des Gi tatsächlich ohne Gi vorzeigen zu müssen, ist auch für männlich gelesene Prüflinge ein weißes T-Shirt/Rushguard empfehlenswert. Personen, die sich in keinem der beiden Spektren wiederfinden, können die Entscheidung selbst abwägen.
- Tori und Uke haben der Prüfungskommission mit Respekt zu begegnen. Das Verhalten auf und abseits der Matte fließt in die Bewertung der Prüfung ein. Auch Uke wird bewertet und ist Teil des Erfolges einer Prüfung!
- Generell ist darauf zu achten, dass sich Uke/Tori (z. B. bei der Fallschule in Bankstellung) zum Prüfungstisch ausrichten und nicht die Rückenansicht präsentieren. Muss der Keikogi gerichtet werden, so soll sich Uke/Tori von der Prüfungskommission abwenden.
- Wenn ein Prüfling noch einen JJVÖ-Pass hat und die Prüfung dort auch eingetragen haben möchte, so legt er diesen vor Beginn der Prüfung der Kommission vor. Die Prüfungsgebühr ist vor der Prüfung auf das Konto des JJVÖ zu überweisen (*siehe Tarifordnung*), ein Nachweis der erlegten Gebühr ist zu erbringen.
- Die Prüflinge haben sämtliche Ausrüstungsgegenstände, die bei ihrer Prüfung benötigt werden, wie Waffen, Schützer oder Schlagkissen mitzubringen und vor Prüfungsbeginn am Mattenrand bereit zu legen.

- Wird beim Anwendungsprogramm Fighting, Duo oder Ne Waza gewählt, so ist durch den Prüfling auch der*die Kampfrichter*in aufzustellen.
- Der Prüfling hat die Möglichkeit mit mehr als einem Uke zur Prüfung anzutreten. Für manche Dan-Graduierungen ist die Mitnahme mehrerer Uke verpflichtend (siehe Prüfungsprogramm).
- Die Prüfung beginnt nach der Aufforderung der Kommission an den Prüfling, mit den/dem Uke die Matte nach einer Verbeugung am Mattenrand zu betreten. Tori steht rechts, Uke links mit Blick Richtung Prüfertisch. Zuerst erfolgt der Gruß zur Prüfungskommission, anschließend zueinander.
- Die Prüfungskommission liest das vom Prüfling geforderte Programm laut vor und kann, wenn es sich um mehr als eine Technik handelt, nach dem Vorzeigen jeder Technik laut mitzählen.
- Es können zu jeder beliebigen Technik Zwischenfragen gestellt werden (z. B. japanische Bezeichnungen der Techniken oder um das Verständnis einer Technik zu überprüfen). In der Regel werden Fragen der Prüfer*innen nach einem abgeschlossenen Block (z. B. Nage Waza) gestellt.
- Die Techniken sollen von Tori UND Uke glaubwürdig vorgeführt werden. Daher sollten beide annähernd vergleichbare physische und psychische Voraussetzungen mitbringen (z. B.: keine zu großen Gewichtsunterschiede, keine zu großen Kraftunterschiede, angebrachte Reaktionen des Uke auf die gesetzten Techniken ...). Die Kommission kann jederzeit auch einen anderen Uke für Techniken auswählen, um zu sehen, ob eine Technik funktioniert.
- Bei den Prüfungsabschnitten in denen Tori allein agiert (z. B. Ukemi Waza), kniet Uke rechts vom Prüfungstisch (aus Kommissionssicht) in der Mitte des Mattenrandes ab.
- (Trink-)Pausen während der Prüfung werden von der Prüfungskommission angesagt. Tori oder Uke können eine (Trink-)Pause einfordern, verlassen jedoch keinesfalls die Matte, ohne dazu aufgefordert zu werden.
- Die Prüfungskommission hat die Möglichkeit die Prüfung zu jedem Zeitpunkt begründet abzubrechen. Dies kann z. B. mangelhafte Leistung (schlecht vorbereitet ...), körperliche Bedenken (Kondition nicht ausreichen) oder ungebührliches Verhalten von Tori und/oder Uke sein.
- Am Ende der Prüfung erfolgt der Gruß in umgekehrter Reihenfolge, also erst zueinander und anschließend zur Prüfungskommission.
- Die Theorieprüfung (nur bei Kyu Prüfungen, wenn erforderlich) erfolgt nach Absprache der Prüfer*innen untereinander entweder durch den*die Vorsitzende*n oder durch alle Prüfer*innen.
- Jeder Prüfungsabschnitt wird von den Kommissionsmitgliedern mit 0 bis 3 Punkten bewertet.
 - 0 Punkte: unzureichende Leistung
 - 1 Punkt: Leistung erbracht
 - 2 Punkte: Leistung sehr gut erbracht
 - 3 Punkte: Leistung außergewöhnlich gut erbracht
- Die Gesamtpunktezahl entscheidet am Ende der Prüfung über den Prüfungserfolg:
 - nicht bestanden
 - bestanden
 - mit Auszeichnung bestanden
- Im Anschluss wird vom Prüfungsvorsitz das Prüfungsergebnis bekannt gegeben und bei Dan-Prüfungen der Feedbackbogen mit kurzen Kommentaren überreicht. Der Prüfling hat die Möglichkeit, sich von dem*den Prüfer*innen nach Abschluss aller Prüfungen ein vertiefendes Feedback geben zu lassen.
- Ein positiver Prüfungsabschluss ist im Dokumentationssystem des JJVÖ (siehe Kapitel 4.5) zu vermerken bzw. wird auch, wenn gewünscht, durch die Eintragung im JJVÖ-Pass dokumentiert.

- Die Verleihung der Urkunde kann entweder direkt nach der Prüfung oder am Ende des Prüfungstages gemeinsam mit allen Prüflingen erfolgen. Die Übergabe von Gürteln sollte abseits der Prüfungsmatte oder nach Abschluss aller Prüfungen erfolgen, um den Prüfungsablauf für nachfolgende Prüflinge nicht zu verzögern.
- Sollte ein*e Kandidat*in bei einer Prüfung negativ beurteilt werden sind folgende Mindestwartefristen bis zu einer Wiederholung einzuhalten: Kyu Prüfungen min. 3 Monate, Dan Prüfungen min. 6 Monate. Die Prüfungsgebühr ist erneut zu entrichten.
- Hat der*die Kandidat*in ein gesundheitliches Handicap (z. B. Asthma), das für den Prüfungsablauf relevant sein könnte, soll dies aus Sicherheitsgründen vor der Prüfung der Kommission mitgeteilt werden.

4.3 Kandidat*in mit Handicap

Für eine*n Kandidat*in mit Handicap, welches eine Prüfung gemäß vorliegenden Bestimmungen nicht möglich macht, kann der DK-Vorstand eine Spezialprüfung organisieren, wobei der Prüfungsinhalt den Möglichkeiten des Prüflings angepasst wird. In einem solchen Fall muss der*die Kandidat*in ein ärztliches Attest über die Befähigung zu dieser Prüfung vorlegen.

4.4 Rechtsmittel

Gegen die Nichtzulassung bzw. eine nicht bestandene Prüfung sind keinerlei Rechtsmittel zulässig.

4.5 Verwaltung, Dokumentation

Die Verwaltung der Mitgliederdaten obliegen dem jeweiligen Verein bzw. dem JVÖ. Dazu hat der JVÖ ein elektronisches Dokumentationssystem installiert, in dem auch die Stammdaten, Prüfungen, Teilnahmen an Kursen sowie Aus- und Weiterbildungen dokumentiert sind.

Die regelmäßige Pflege der Stammdaten und Überprüfung der Richtigkeit obliegt den jeweiligen Vereinen und ist unter anderem Voraussetzung für einen gültigen Antrag auf Dan-Prüfungen, Anerkennungen oder die Verleihung eines Ehrentitels.

Die Liste der Danträger*innen sowie der Dan-Prüfungen, deren Prüfungsansuchen und Prüfungsprotokolle werden vom Senat II verwaltet.

5 Ehrentitel

Neben den Jiu Jitsu Dan Graduierungen sind auch Verleihungen der Titel Renshi, Shihan, Kyoshi, und Hanshi für Budō-Lehrer*innen (Shōgō, 称号) aus dem Kreis der Danträger*innen durch den Senat I möglich.

5.1 Voraussetzungen

Weder bestimmte Dan-Graduierungen, noch die Dauer wie lange diese bereits getragen wurde, begründen einen Anspruch auf einen Ehrentitel. Der Antrag auf Verleihung der Ehrentitel kann von einem ordentlichen JJVÖ Mitglied, Verein, TK-Mitglied oder dem JJVÖ Präsidium an den Senat I der technischen Kommission des JJVÖ eingebracht werden. Für eine Vergabe werden unter anderem folgende Beurteilungskriterien herangezogen:

	Renshi	Shihan	Kyoshi	Hanshi
Mindestalter	30 Jahre	40 Jahre	45 Jahre	55 Jahre
Graduierung	4. Dan seit mindestens 2 Jahren oder höhere Graduierung	5. Dan seit mindestens 2 Jahren oder höhere Graduierung	6. Dan seit mindestens 2 Jahren oder höhere Graduierung, Shihan seit mindestens 3 Jahren	8. Dan seit mindestens 2 Jahren oder höhere Graduierung, Kyōshi seit mindestens 5 Jahren
Lehrkompetenz	Lehrtätigkeit bei vereinsübergreifenden Veranstaltungen (z. B. Shinboku-Training, DK-Training, JJVÖ-Lehrgänge) langjähriges Vereinstraining von Danträger*innen	langjährige Lehrtätigkeit bei vereinsübergreifenden Veranstaltungen, langjähriges Vereinstraining von Danträger*innen	Lehrtätigkeit in nationalem und internationalem Rahmen Mehrere eigene Schüler*innen, die mindestens den 3. Dan erreicht haben	langjährige Lehrtätigkeit in nationalem und internationalem Rahmen Mehrere eigene Schüler*innen, die mindestens den 5. Dan erreicht haben
Vorbildwirkung	Vorbild für Budō-Schüler*innen und Trainer*innen	Vorbild für Budō-Schüler*innen und Lehrer*innen	Überragendes Vorbild für Budō-Schüler*innen und Lehrer*innen	Leuchtendes Vorbild für Budō-Schüler*innen und Lehrer*innen
Verständnis für das Jiu Jitsu		großes Wissen über technische, theoretische und historische Hintergründe der Kampfkunst	überragendes Wissen über technische, theoretische und historische Hintergründe der Kampfkunst	Umfassendes Wissen über technische, theoretische und historische Hintergründe der Kampfkunst
Engagement im Verband	Aktive*r Prüfer*in bei Danprüfungen im JJVÖ weitere aktive Mitarbeit im Landesverband, JJVÖ, JJEU/JJIF			

5.2 Verwendung von Ehrentitel

Die oben angeführten japanischen Zertifikatstitel werden nicht als Anrede benutzt, sondern deren Inhaber*innen werden weiterhin als „Sensei“ angesprochen. Im Gegensatz zur Anrede und Funktionsbezeichnung „Sensei“ werden solche Titel aber etwa auf Visitenkarten angegeben und können auch auf Lehrgangsausschreibungen oder in Berichten angeführt sein. Sie werden ebenfalls stets nach dem Namen geschrieben, oft vor oder nach der entsprechenden Graduierung. Dabei kann auch die jeweilige Kampfkunst angegeben werden.

Beispiele für korrekte Verwendung:

- Max Mustermann, Renshi 5. Dan Jūjutsu
- Maxima Musterfrau, Karate-dō Kyōshi 7. Dan

Sonst werden diese Titel im Alltag eher nicht verwendet. „Max Mustermann, Kyōshi“ auf dem Keikogi stehen zu haben wirkt großspurig und angeberisch, steht dort „Kyōshi Max Mustermann“ wäre es außerdem auch noch falsch.

5.3 Bedeutung der Ehrentitel

Das gemeinsame Element dieser Lehrer*innentitel ist shi. Am Ende des Wortes gestellt (士) bedeutet das Kanji „Krieger“ „Ehrenmann“, „Gelehrter“, das Kanji am Wortanfang (師, bei Shihan) übersetzt man direkt als Lehrer*in. Insofern gleichen die Titel westlichen akademischen Graden wie „Magister*Magistra“, „Doktor*in“ oder „Professor*in“. Die Benennungsmotive für die Bezeichnungen und Titel der Lehrer*innen leiten sich aus deren großer Lebenserfahrung und Verständnis für das Jiu Jitsu, ihrer nachgewiesenen Lehrkompetenz und ihrer Vorbildwirkung ab. Sie werden nur demjenigen*derjenigen verliehen, der*die einen spezifischen Rang innehat und außergewöhnlich in seiner*ihrer Technik, seinem*ihrem Wissen und Charakter als BUDŌKA ist.

5.3.1 Renshi, 練士

REN = ausgefeilt, geschmiedet, gehärtet. Das Wort Renshi bedeutet demnach sinngemäß „Experte der Übung“ oder „Gelehrter des Trainingsprozesses“, „Technischer Experte“. Ein Renshi muss Träger*in des 4. Dan oder höher sein und wird als Titel verliehen, wenn die entsprechende Person die technische Meisterschaft im jeweiligen Stil erreicht hat und über hinreichende Erfahrung als Kampfkunstlehrer*in verfügt.

5.3.2 Shihan 師範

Wörtlich „vorbildhafter Lehrmeister“ des Budō, ein*e Meister*in, der*die seine*ihre Kunst jenseits der körperlichen Grenzen gemeistert hat.

5.3.3 Kyōshi, 教士

Während sich das Wort ren eher auf die technische Übung bezieht, meint kyō den Unterricht in seiner Gesamtheit. Ein Kyōshi ist demnach nicht nur ein*e Expert*in in den technischen Belangen seiner*ihrer Kunst, sondern verfügt auch über ein umfangreiches Wissen hinsichtlich ihrer theoretischen Hintergründe und ihrer historischen Wurzeln, ist also eine Lehrkoryphäe. Er*Sie soll sich als überzeugte*r Verfechter*in des Stils, dem er*sie angehört, auszeichnen.

5.3.4 Hanshi, 範士

Wörtlich bedeutet der Begriff Hanshi „vorbildlicher, modellhafter Gelehrter“, „beispielhafte Autorität“. Die Attribute „vorbildlich“ und „modellhaft“ beziehen sich dabei nicht nur auf technische und didaktische Fähigkeiten oder auf ein besonders umfangreiches Wissen um die Kampfkünste, sondern vor allem auch auf die moralische Integrität der betreffenden Person und ihre unmittelbare Nähe zum Ideal des Weges.

ANHANG A: Aktivitäten A, B und C

Kategorie A - AUSBILDUNG	Überprüfung	Punkte	Fixpunkte nach abgelegter DAN-Prüfung
abgeschlossener Kurs Übungsleiter*in Jiu Jitsu	Prüfung	4	1
abgeschlossener Kurs Instruktor*in Jiu Jitsu	Prüfung	18	4
abgeschlossener Trainer*in Grundkurs	Prüfung	20	5
abgeschlossener Kurs Trainer*in Spezial Jiu Jitsu	Prüfung	22	6
abgeschlossener Kurs Diplomtrainer*in Jiu Jitsu	Prüfung	24	7
Abgeschlossener Kurs Übungsleiter*in (nicht Jiu spezifisch)	Prüfung	2	keine
abgeschlossener Kurs Instruktor*in (nicht Jiu spezifisch)	Prüfung	9	keine
abgeschlossener Kurs Trainer*in (nicht Jiu spezifisch)	Prüfung	11	keine
abgeschlossener Kurs Diplomtrainer*in (nicht Jiu spezifisch)	Prüfung	12	keine
Prüfung Listenführung	Prüfung	4	1
Prüfung Kampfrichter*in	Prüfung	4	1
Prüfung DAN-Prüfer*in	Prüfung	4	1
andere relevante Ausbildungen individuell zu bewerten	Bewertung durch Senat II	*	keine
noch in Ausbildung individuell zu bewerten	Bewertung durch Senat II	*	keine
Kategorie B - BUDO	Überprüfung	Punkte	Fixpunkte nach abgelegter DAN-Prüfung
Teilnehmer*in Perfektionstraining	Anwesenheit	4	keine
Teilnehmer*in 1/2-Tageslehrgang (= bis zu 3 Stunden)	Anwesenheit	2	keine
Teilnehmer*in Tageslehrgang (= mehr als 3 Stunden)	Anwesenheit	4	keine
Teilnehmer*in JJVÖ Lehrgang 2 Tage	Anwesenheit	5	keine
Teilnehmer*in JJVÖ Wochenlehrgang	Anwesenheit	6	keine
Vortragende*r Perfektionstraining/Lehrgang mit vorgegebenem Thema	Anwesenheit	8	keine
Uke bei Danprüfung	Anwesenheit	2	keine
schriftliche Arbeit/Dan-Arbeit	Bewertung durch Senat II	4	keine
Kadersportler*in, Kadertrainer*in individuell zu bewerten	Bewertung durch Senat II	*	keine

Kategorie C - AKTIVITÄTEN	Überprüfung	Punkte	Fixpunkte nach abgelegter DAN-Prüfung
Allgemeine Weiterbildung (Erste Hilfe, Notwehr ...) 1/2 Tag (= bis zu 3 Stunden)	Anwesenheit	2	keine
Allgemeine Weiterbildung (Erste Hilfe, Notwehr ...) 1 Tag (= mehr als 3 Stunden)	Anwesenheit	4	keine
Vortragende*r bei Ausbildungen (Übungsleiter*in, Instruktor*in, Trainer*in)	Anwesenheit	4	keine
Vortragende*r Trainingseinheiten (Perfektionstraining, Lehrgang ...)	Anwesenheit	4	keine
JJVÖ 100 % Sport Teilnahme + Prüfung	Anwesenheit	4	keine
Tag des Sports (oder andere Öffentlichkeitsarbeit JJVÖ)	Anwesenheit	4	keine
Prüfer*in bei Danprüfungen	Anwesenheit	4	keine
Gründung eines Vereines	im JJVÖ gemeldet	8	keine
Kampfrichter*in/Listenführer*in national 1 Tag	Anwesenheit	2	keine
Kampfrichter*in/Listenführer*in international individuell zu bewerten	Bewertung durch Senat II	*	keine
Teilnahme nationale Wettkämpfe (ÖM, LM ...) individuell zu bewerten	Bewertung durch Senat II	*	keine
Hosting von Verbandstätigkeiten (ÖM, LM ...) individuell zu bewerten	Bewertung durch Senat II	*	keine

ANHANG B: Kerntechniken

KATAME WAZA

Finger-, Hand-, Ellbogen- und Schulterhebel

- Drehgriff außen/kote gaeshi
- Armstreckhebel/ude hishigi juji gatame/Armbar
- Schulterdrehhebel (Kreuzfesselgriff)/ude garami/oma plata

Würgegriffe, Würgetechniken

- Unterarmwürger/hadaka jime/rear naked choke

Transportgriffe

- Armwinkelsperre (Polizeigriff)
- Rautekgriff

ATEMI WAZA - Schlag-, Block- und Druckpunkttechniken

Armtechniken

- halbkreisförmiger Schlag (Schwinger) z. B. mawashi tsuki, haito uchi, uraken uchi
- diagonaler Fauststoß gyaku tsuki/cross
- Ellenbogenschlag/empi uchi

Beintechniken

- gerader Fußtritt nach vorne z. B. mae geri, kin geri
- halbkreisförmiger Fußtritt z. B. mawashi geri, low kick
- Kniestoß/hiza geri

Blocktechniken

- Kurzdistanz: cover block/passiv block (1 oder 2 Hände)
- Wischblock: nagashi uke (ausweichen, fegen, weiterleiten)

NAGE WAZA – Wurftechniken

Koshi waza

- Großer Hüftwurf/o goshi
- Spielbeinwurf z. B. harai goshi, hanai goshi, uchi mata

Te waza

- Doppelhandsichel/morote gari/double leg
- Schulterwurf/seoi nage

Ashi waza

- o soto waza (gari, gake, othoshi) z. B. o soto gari