

Unterschriftenliste 2. Kyu (Blaugurt)			Kommentar	Unterschrift 1	Unterschrift 2	
Name	Technikausführung					
1	Bewegungsformen	1.1 Freie Bewegungsformen im Stand 1.2 Freie Bewegungsformen am Boden		Datum Unterschrift	Datum Unterschrift	
2	Falltechniken	2.1 Falltechniken unter Einwirkung des Partners		Datum Unterschrift	Datum Unterschrift	
3	Komplexaufgaben	3.1 Atemkombinationen	Zusammen mit 16 Freie Anwendungsformen	Datum Unterschrift	Datum Unterschrift	
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 (Guardposition) in Verbindung mit Hebel- oder Würgetechnik	Zusammen mit 7 Würge-/Nervendrucktechniken	Datum Unterschrift	Datum Unterschrift	
5	Abwehrtechniken	5.1 Abwehrfolge im 3-er Kontakt	Ju-Jutsu-Techniken in Kombination	Datum	Datum	
		5.2 Abwehrtechnik mit dem Fuß oder Unterschenkel (2 Ausführungen)		Unterschrift	Unterschrift	
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)		Zusammen mit 4 Bodentechniken		
8	Sicherungstechniken	mind. 2 Festlege-, Aufhebe- und/oder Transporttechniken im Verlauf des Technikprogramms			Datum Unterschrift	Datum Unterschrift
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		Datum Unterschrift	Datum Unterschrift	
11	Stockabwehr / -anwendung	11.1 Stockabwehr in Verbindung mit Störtechnik (8 Angriffswinkel) 11.2 Verteidigung mit dem Stock gegen Kontaktangriffe (5 Ausführungen)		Datum Unterschrift	Datum Unterschrift	
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)		Datum Unterschrift	Datum Unterschrift	
14	Gegentechniken	14.1 Gegentechniken gegen Wurftechniken (2 Ausführungen)				
15	Freie Selbstverteidigung	15.1 Verteidigung gegen Atemiangriffe (Duo-Serie C)		Datum Unterschrift	Datum Unterschrift	
16	Freie Anwendungsformen	16.1 Freie Auseinandersetzung mit Wurf- und Bodentechniken	Zusammen mit 3 Komplexaufgabe			

Spielregeln für die Unterschrifteneinholung vor der Prüfung

Grundlegendes

- Um an der Gürtelprüfung teilnehmen zu dürfen, braucht Ihr in jedem Prüfungsfach Unterschriften von 2 Dan-Trägern (notwendige nicht hinreichende Bedingung für die Prüfungsteilnahme)
- Um die Anzahl der notwendigen Unterschriften zu reduzieren, haben wir verschiedene Prüfungsfächer zu größeren Technikblöcken zusammengelegt
- Beim Vorzeigen der Technikblöcke soll die Prüfungssituation soweit wie möglich nachgestellt werden (komplette Technikausführung in Kombination, begrenzte Möglichkeit zur Wiederholung, Geschwindigkeit, Etikette, kiai, etc.)
- Ihr müsst Euch selbständig darum kümmern, die Unterschriften bei den Trainern einzuholen!

Termine und Fristen

- Im Jahr 2020 findet die Gürtelprüfung für die Jugend- und Erwachsenengruppen am Samstag, den 16. Mai 2020 statt
- Ihr habt bis einschließlich Dienstag, den 21. April 2020 Zeit Unterschriften zu sammeln und könnt jederzeit damit beginnen
- Wer bis zu diesem Datum nicht alle Unterschriften gesammelt hat, nimmt nicht an der Prüfung teil!

Sonstiges

- Die Unterschriften könnt Ihr Euch im Dienstags-, Donnerstags- und sofern es stattfindet im freien Training am Sonntag einholen. Bitte beachtet bei Eurer Planung, dass in den Schulferien regelmäßig der Trainingsbetrieb reduziert ist
- Ihr könnt in jedem Training Unterschriften in beliebig vielen Technikblöcken sammeln; in einem Training dürft Ihr jedoch nur eine 1 Unterschrift pro Technikblock anfragen
- Ihr dürft keine Unterschriften für Techniken anfragen, wenn diese in dem gleichen Training vom Trainer gezeigt wurden oder Eure Technikausführung in dem Training von einem Trainer korrigiert wurde