

	1. Dan	2. Dan	3. Dan	4. Dan	5. Dan
<b>1 Bewegungsformen</b>	Bei diesen Graduierungen wird dieses Prüfungsfach nicht geprüft				
<b>2 Falltechniken</b>	Bei diesen Graduierungen wird dieses Prüfungsfach nicht geprüft				
<b>3 Komplexaufgaben</b>	-Atemi-/Wurfkombinationen mit abschließender Kontrolltechnik an einem sich bewegenden, sonst passiven Partner	-Atemi-/Wurfkombinationen mit abschließender Kontrolltechnik an einem sich bewegenden, sonst passiven Partner	-5 Atemi-/Wurfkombinationen mit jeweils anderer abschließender Kontrolltechnik an einem sich bewegenden, sonst passiven Partner		
<b>4 Bodentechniken</b>	-3x Übergang in erneute Haltetechnik nach Befreiungstechnik des Gegners	-2x Übergang vom Stand zum Boden ohne zwingende Wurf- oder Hebeltechnik mit abschließender Kontrolltechnik	-4x Übergang vom Stand zum Boden ohne zwingende Wurf- oder Hebeltechnik mit abschließender Kontrolltechnik	-2x zu Boden bringen und festlegen des Gegners aus der eigenen Bodenlage nach erfolgter Wurftechnik -2x zu Boden bringen und festlegen des Gegners aus Bauchlage oder Bankposition des Verteidigers -2x zu Boden bringen und festlegen des Gegners aus Rücken- oder Seitenlage des Verteidigers	-5 Technik-/Bewegungsaufgaben aus dem gesamten Bereich Bodentechniken (angesagt)
<b>5 Abwehrtechniken</b>	-Abwehrfolge im 3er Kontakt gegen mind. 3 unterschiedliche Atemiangriffe mit Übergang zu versch. Hebeltechniken (wechselseitig) -3 Abwehrtechniken mit dem Ellenbogen gegen die angreifende Extremität	-Abwehrfolge im 3er Kontakt mit Übergang zu mind. 2 versch. Wurf- oder Hebeltechniken aus der Bewegung und Reaktion auf Störaktionen des Angreifers (abgesprochen). -4 Kombinationen von verschiedenen Abwehrtechniken miteinander oder Kombinationen mit gleichzeitigem Atemi auf die angreifende Extremität	-3x Mehrfachabwehr gegen angesagte, waffenlose Angriffe bestehend aus 2 unmittelbar aufeinander folgende Angriffe -Abwehrfolge im 3er Kontakt mit Übergang zu mind. 2 versch. Wurf- oder Hebeltechniken aus der Bewegung und Reaktion auf Störaktionen des Angreifers.		-alle Abwehrtechniken der Stoffsammlung stichprobenartig (angesagt)
<b>6 Atemitechniken</b> <b>(in wiederholter Ausführung auch an Prätzen/Schlagpolster)</b>	-1 Handinnenkantenschlag -4 Ellenbogentechniken -Weitere Atemitechnik (nach Wahl des Prüfers)	-1 Fußstoß rückwärts -1 Halbkreisfußtritt rückwärts oder Fersendrehschlag -Weitere Atemitechnik (nach Wahl des Prüfers)	-1 Fersenschlag abwärts nach innen -1 Fersenschlag abwärts nach außen -Weitere Atemitechnik (nach Wahl des Prüfers)	-10 Atemitechniken	-alle Atemitechniken der Stoffsammlung stichprobenartig (angesagt)
<b>7 Würge- und Nervendrucktechniken</b>	-2 Würgetechniken mit Beinen oder Füßen	-4 Nervendrucktechniken -2 Würgetechniken in Verbindung mit Hebel- und/oder Nervendrucktechniken	-2 Würgetechniken mit sonstigen Hilfsmitteln (Alltagsgegenstände, jedoch nicht Kleidung oder Stock)	-6 Nervendrucktechniken -6 Würgetechniken	-3x Würgetechnik mit Armen / Händen -3x Würgetechnik mit Beinen / Füßen -3x Würgetechnik mit Kleidung -3x Würgetechnik mit sonstigen Hilfsmitteln -3x Kombinierte Würgetechnik -3x Würgetechnik mit dem Stock
<b>8 Sicherungstechniken</b>	-1 Festlegetechnik kombiniert aus Hebel- und/oder Würge- und/oder Nervendrucktechnik -mind. 1 Festlege-, Aufhebe- und/oder Transporttechnik im Verlauf des Technikprogramms	-1 Transporttechnik kombiniert mit Hebel- oder Nervendrucktechniken -mind. 1 Festlege-, Aufhebe- und/oder Transporttechnik im Verlauf des Technikprogramms	-mind. 2 Festlege-, Aufhebe- und/oder Transporttechniken im Verlauf des Technikprogramms	-mind. 2 Festlege-, Aufhebe- und/oder Transporttechniken im Verlauf des Technikprogramms	-3 Festlegetechniken -3 Kombinierte Festlegetechniken -3 Transporttechniken -3 Kombinierte Transporttechniken -3 Sicherungstechniken mit dem Stock

	1. Dan	2. Dan	3. Dan	4. Dan	5. Dan
<b>9 Hebeltechniken</b>	-1 Genickhebel -3 Armstreckhebel im Stand -3 Armstreckhebel bei Bodenlage des Gegners	-1 Handdrehgriff oder Armdrehgriff -3 Armbeugehebel im Stand -2 Armbeugehebel bei Bodenlage des Gegners -3 Beinhebel	-5 Handgelenkhebel -4 Armstreckhebel im Stand -4 Armstreckhebel bei Bodenlage des Gegners	-2 Genickhebel -4 Armbeugehebel im Stand -3 Armbeugehebel bei Bodenlage des Gegners -4 Beinhebel	-4 Genickhebel -7 Handgelenkhebel -5 Armstreckhebel im Stand -5 Armstreckhebel bei Bodenlage des Gegners -5 Armbeugehebel im Stand -5 Armbeugehebel bei Bodenlage des Gegners -6 Beinhebel
<b>10 Wurftechniken</b>	-1 Schleuderwurf -2 Ausheber -2 Selbstfallwürfe -Weitere Wurftechnik (nach Wahl des Prüfers)	-1 Körperrückstoß -3 Ausheber -3 Selbstfallwürfe -Weitere Wurftechnik (nach Wahl des Prüfers)	-1 Körperwurf -4 Selbstfallwürfe -Weitere Wurftechnik (nach Wahl des Prüfers)	-1 kleine Innensichel oder Einhaken oder Fußfegen von innen -1 kleine Außensichel oder Einhaken oder Fußfegen von außen -5 Selbstfallwürfe -Weitere Wurftechnik (nach Wahl des Prüfers)	-5 Ausheber -8 Selbstfallwürfe -5 Weitere Wurftechniken (nach Wahl des Prüfers)
<b>11 Stockabwehr / Stockanwendung</b>	-Stockabwehr: Abwehr von Stockangriffen mit waffenlosen Folgetechniken zur Kontrolle der Situation, Entwaffnung (8 Angriffswinkel)	-Stocheinsatz: Verteidigung mit Stock nach vorhergegangener Entwaffnung (je 2 Ausführungen) a) Atemitechniken mit Stock b) Würgetechniken mit Stock c) Hebeltechniken mit Stock d) Wurftechniken mit Stock	-2 Festlegetechniken mit Stock -1 Transporttechnik mit Stock -Verteidigung mit dem Stock gegen Mehrfachangriffe (angesagt) Stock - Stock Stock - Atemi Griff - Stock	-freie SV mit dem Stock gegen Angriffe mit Kontakt, ohne Kontakt und mit einem Stock (je 4 Ausführungen, angesagt)	- freie SV mit dem Stock gegen Angriffe mit Kontakt, ohne Kontakt und mit einem Stock (angesagt und frei)
<b>12 Abwehr und Anwendung sonstiger Waffen</b>	-Abwehr von Messerangriffen mit Konter- oder Störtechnik möglich und Kontrolle des waffenführenden Arms und Entwaffnung (zwingend) (5 Angriffswinkel)	-Abwehr von Messerangriffen mit Konter- oder Störtechnik möglich, Kontrolle des waffenführenden Arms mit Entwaffnung während der Abwehrhandlung und waffenlose Folgetechniken (5 Angriffswinkel)	-3x Abwehr gegen Bedrohung mit dem Messer aus der Nahdistanz, -2x Verteidigung gegen Bedrohung mit der Faustfeuerwaffe	-Abwehr von Mehrfachangriffen mit dem Messer (angesagt) a) Messer – Messer b) Messer – Atemi c) Griff – Messer -Verteidigung mit einem sonstigen Hilfsmittel (Alltagsgegenstände, jedoch nicht Kleidung oder Stock) (je 2 Ausführungen, angesagt)	Dieses Prüfungsfach wird anhand der im Fach Freie Selbstverteidigung gezeigten Abwehrhandlungen gegen Waffenangriffe bewertet
<b>13 Weiterführungstechniken</b>	-3x Weiterführung von Hebeltechniken -3x Weiterführung von Wurftechniken -2x Weiterführung von Würgetechniken	-3x Weiterführung von Hebeltechniken (angesagt) -3x Weiterführung von Wurftechniken (angesagt)	-4x Weiterführung von Hebeltechniken (angesagt) -4x Weiterführung von Wurftechniken (angesagt)	-3x Weiterführung von JJ-Techniken nach jeweils 2 unterschiedlichen Reaktionen des Angreifers (angesagt)	-5x Weiterführung von JJ-Techniken nach jeweils 2 unterschiedlichen Reaktionen des Angreifers (angesagt)
<b>14 Gegentechniken</b>	-3x Gegentechniken gegen Hebeltechniken -3x Gegentechniken gegen Wurftechniken -2x Gegentechniken gegen Würgetechniken	-3x Gegentechniken gegen Hebeltechniken (angesagt) -3x Gegentechnik gegen Wurftechniken wenn das eigene Fallen nicht mehr verhindert werden kann.	-4x Gegentechniken gegen Hebeltechniken (angesagt) -4x Gegentechniken gegen Wurftechniken (angesagt)	-3x Gegentechniken gegen JJ-Techniken nach jeweils 2 unterschiedlichen Reaktionen des Angreifers (angesagt)	-5x Gegentechniken gegen JJ-Techniken nach jeweils 2 unterschiedlichen Reaktionen des Angreifers (angesagt)
<b>15 Freie Selbstverteidigung</b>	-Verteidigung gegen 2 unbewaffnete Angreifer, (angesagt und frei, links/rechts)	-Verteidigung gegen 1 bewaffneten Angreifer (Stock und beweglichem Gegenstand) (angesagt und frei, links / rechts)	-Verteidigung gegen 2 bewaffnete Angreifer (Stock und beweglichem Gegenstand) (angesagt und frei, links / rechts)	-Verteidigung gegen 1 bewaffneten Angreifer (Stock, beweglicher Gegenstand, Messer und Faustfeuerwaffe) (angesagt und frei, links / rechts)	-Verteidigung gegen 2 bewaffnete Angreifer (Stock, beweglicher Gegenstand, Messer und Faustfeuerwaffe) (angesagt und frei, links / rechts)
<b>16 Freie Anwendung</b>	-in ganzheitlicher Form, alle JJ-Techniken in kontrollierter Form	-in ganzheitlicher Form, alle JJ-Techniken in kontrollierter Form	-in ganzheitlicher Form, alle JJ-Techniken in kontrollierter Form		
<b>17 Freie Darstellung / Kata</b>				-freie Darstellung mit SV-Charakter oder traditionelle Kata	-freie Darstellung mit SV-Charakter oder traditionelle Kata