



Schleswig-Holsteinischer Ju • Jutsu Verband e.V.
SELBSTVERTEIDIGUNG • FITNESS • WETTKAMPF



Prüfungsreferent
Jens Dykow

Fachverband für moderne Selbstverteidigung
Internet: <http://www.shjiv.de>
<http://www.djiv.net>

Auf der Höhe 1, 23558 Lübeck, 0451/805613, pruefungsreferent@shjiv.de

Häufig gestellte Fragen zu Prüfung und Prüfungsprogramm

Die folgende Sammlung von Fragen und Antworten soll helfen, Unklarheiten mit dem Prüfungsprogramm aus dem Weg zu räumen und so zu möglichst gerechten und nachvollziehbaren Prüfungsabläufen und –ergebnissen beitragen. Damit Prüflinge und Prüfer wissen, woran sie sind, sollen die hier gegebenen Antworten bindend für alle Prüfungen in Schleswig-Holstein gelten.

Prinzipiell gilt: Das Prüfungsprogramm in seiner heutigen Form gibt dem Prüfling erhebliche Freiheiten bei der Auswahl dessen, was er zeigen möchte. Der sich daraus ergebende Spielraum ist eine Herausforderung für den Prüfer, der schließlich alles das, was der Prüfling zeigt, bewerten können muss. Bei der Auswahl seiner Techniken sollte der Prüfling deshalb immer darauf achten, dass das geforderte Prinzip deutlich sichtbar demonstriert wird.

Weitere Fragen und Antworten zu dem Thema finden sich übrigens auch auf der Homepage unseres Technischen Direktors Joachim Thumfart: www.joe-jutsu.de. Die aktuelle Fassung dieser FAQ findet man immer auf den Webseiten des SHJJV: www.shjiv.de

Alle Fragen rund um das Prüfungsprogramm und die Prüfungsordnung beantworte ich jederzeit gerne. Ich bin per Email unter pruefungsreferent@shjiv.de zu erreichen.

Die jeweils letzten Ergänzungen sind **rot**, die vorletzten Ergänzungen **gelb** gekennzeichnet.

Übersicht:

1.	Allgemeine Fragen	4
1.1.	Pflichtlehrgänge	4
1.2.	Verlängerung der Lehreinweisung	4
1.3.	Auslegung der Vorbereitungszeiten	4
1.4.	Prüfungen überspringen	4
1.5.	Wartezeiten für Durchfaller	5
1.6.	Seniorenprüfung	5
1.7.	Anerkennungsfähige Disziplinen	5
1.8.	Anerkennungsprüfung, Vorbereitungszeiten	5
1.9.	Bestehen bei zwei unterschiedlich wertenden Prüfern (2. / 1. Kyu)	6
2.	Kinderprüfungen	6
2.1.	Streifenprüfungen überspringen.....	6
2.2.	Zu junge Prüflinge.....	6
2.3.	Kindgerechte Prüfungen	6
2.4.	Komplexaufgabe in Zwischenprüfungen	7
2.5.	Prüfungsfächer in Streifenprüfungen	7
3.	Prüfungsablauf.....	7
3.1.	Vorkenntnisse	7
3.2.	Wer sagt an, welche Technik gezeigt werden soll?.....	7
3.3.	Partnerwahl.....	7
3.4.	Prüfungsabschnitte	8
3.5.	Anerkennungsprüfung, Ablauf.....	8
4.	Falltechniken.....	9
4.1.	Falltechniken unter Einwirkung des Partners (2. Kyu)	9
5.	Bodentechniken	9
5.1.	Überwältigung eines Gegners in vorgegebener Position (1. Kyu)	9
5.2.	Haltetechnik nach Befreiungstechnik des Gegners, wann gelöst? (1. Dan)	9
5.3.	Haltetechnik nach Befreiungstechnik des Gegners, welche Haltetechniken? (1. Dan).....	10
5.4.	Übergang Stand-Boden (2. / 3. Dan).....	10
6.	Komplexaufgabe	10
6.1.	Ablauf / Bewertung der Komplexaufgabe	10
7.	Abwehrtechniken	11
7.1.	Abwehrfolge im Dreierkontakt mit Übergang zu Hebeltechniken und Reaktion auf Störtechniken des Partners (2. / 3. Dan).....	11
7.2.	Abwehrtechnik mit dem Fuß oder Unterschenkel (3. / 2. Kyu)	11
8.	Atemitechniken	11
8.1.	Handballentechnik (5. Kyu)	11
8.2.	Atemi Vorkenntnisse (1.-3./5. Dan)	11
9.	Sicherungstechniken.....	12
9.1.	Prüfungsfach Sicherungstechniken (alle Grade)	12
10.	Hebeltechniken.....	12
10.1.	Armbeugehebel (4. Kyu).....	12
10.2.	Beidseitiger Armstreckhebel (5. / 4. / 2. Kyu, 1. / 3. / 5. Dan)	12
10.3.	Vorbereiten eines Hebels (alle Grade).....	12
10.4.	Körperabbiegen (5. Kyu)	13
11.	Wurftechniken	13
11.1.	Hüftwurf, Schulterwurf, Schenkelwurf (4. / 3. / 2. Kyu).....	13
11.2.	Beingreifer (1. Kyu)	13
11.3.	Wurf Vorkenntnisse (1.-5. Dan)	13
12.	Waffenabwehr	14
12.1.	Waffenabwehr mit Kontrolle des waffenführenden Arms (3. / 2. Kyu).....	14
12.2.	Störtechniken bei der Waffenabwehr (2. / 1. Kyu)	14
12.3.	Gleichzeitigkeit der Störtechniken bei der Waffenabwehr (2. / 1. Kyu)	14
12.4.	Beweglicher Gegenstand (2. Kyu)	14

12.5.	Stockabwehr mit waffenlosen Folgetechniken (1. Dan)	15
13.	Weiterführungs- und Gegentechniken	15
13.1.	Welche Techniken sind zur Weiterführung erlaubt?	15
13.2.	Weiterführung von Atemitechniken: Möglichkeiten (3. / 1. Kyu).....	15
13.3.	Weiterführung von Atemitechniken: Wieviele, wie verschieden (3. / 1. Kyu).....	16
13.4.	Gegentechniken gegen Wurftechniken	16
14.	Freie Selbstverteidigung.....	17
14.1.	Partner bei den Duo-Serien	17
14.2.	Ansage der Angriffe bei den Duo-Serien	17
15.	Freie Anwendungsformen.....	17
15.1.	Ablauf / Bewertung der freien Anwendungsformen.....	17
15.2.	Atemi am Boden (1. bis 3. Dan).....	17
16.	Partnerverhalten	18
16.1.	Bewertung des Partnerverhaltens.....	18

1. Allgemeine Fragen

1.1. Pflichtlehrgänge

F.: Welche Pflichtlehrgänge werden als Zulassungsvoraussetzung für die einzelnen Kyu-Prüfungen im SHJJV verlangt?

A.: Für die Teilnahme an einer Kyu-Prüfung zum 3., 2. oder 1. Kyu ist je eine Lehrgangsteilnahme nachzuweisen, die innerhalb der Vorbereitungszeit für den jeweiligen Gurt liegen muss. Beispiel: Prüfung zum 2. Kyu im März (6 Monate Vorbereitungszeit), dann darf der Pflichtlehrgang nicht früher als im September des Vorjahres gewesen sein.

Für Prüfungen unterhalb des 3. Kyu ist kein Lehrgangsnachweis erforderlich, es wird jedoch allen Juka empfohlen, schon so früh wie möglich an Lehrgängen teilzunehmen.

Im Bereich des SHJJV werden alle Technik- und Wettkampfbundes- und Landeslehrgänge von mindestens 5 UE Dauer anerkannt, ohne dass ein besonderer Vermerk auf der Ausschreibung erforderlich ist. Ebenfalls anerkannt wird die Teilnahme an Trainerworkshops.

(April 2002 / Quelle: Beschluss der Vorstandssitzung 2.3.2002)

1.2. Verlängerung der Lehreinweisung

F.: Wie und wie häufig kann die Gültigkeit der Lehreinweisung verlängert werden?

A.: Die Lehreinweisung gilt ab Ausstellung zunächst einmal zwei Jahre. Nimmt der Sportler innerhalb dieser zwei Jahre an Lehrgängen mit insgesamt mindestens 5 Unterrichtseinheiten teil, die für die Verlängerung der FÜL-C-Lizenz anerkannt werden, so verlängert sich die Gültigkeit der Lehreinweisung um ein Jahr. Solange der Sportler in dem Jahr der Verlängerung erneut 5 Unterrichtseinheiten zusammenbekommt, verlängert sich die Gültigkeit der Lehreinweisung jeweils um ein weiteres Jahr, und zwar beliebig oft.

(Februar 2006 / Quelle: Prüferlizenzausbildung, Lehrreferent Dirk Bauer)

1.3. Auslegung der Vorbereitungszeiten

F.: Müssen die Vorbereitungszeiten tagesgenau eingehalten werden?

A.: In Schleswig-Holstein wird derzeit bei Abweichungen von wenigen Tagen ein Auge zuge-drückt (das können andere Bundesländer oder Prüfungsreferenten aber auch anders handhaben). Es sollten deutlich weniger als zehn Prozent der Vorbereitungszeit fehlen und nur in Ausnahmefällen davon Gebrauch gemacht werden (z.B. wenn die halbjährlichen Landesprüfungen aufgrund des Wochenendtermins jeweils etwas kürzer als im Halbjahresrhythmus gelegt werden).

(Februar 2006 / Quelle: Prüferlizenzausbildung, Prüfungsreferent Jens Dykow)

1.4. Prüfungen überspringen

F.: Früher konnte ein Prüfling, der in allen Prüfungsfächern wenigstens 5 Punkte hatte, sich noch am selben Tag der nächsthöheren Prüfung stellen („springen“). Wie läuft das mit dem neuen Programm ab?

A.: Gürtel zu überspringen ist nach der aktuellen Prüfungsordnung nicht mehr erlaubt.

(2001 / Quelle: JJ1x1)

1.5. Wartezeiten für Durchfaller

F.: Welche Wartezeiten gelten, nachdem ein Prüfling durchgefallen ist?

A.: Die Wartezeiten sind bei Kyu-Prüfungen 6 Wochen und bei Dan-Prüfungen 4 Monate.

(2001 / Quelle: JJ1x1, Technischer Direktor J. Thumfart)

1.6. Seniorenprüfung

F.: Was ist eine Seniorenprüfung?

A.: Es gilt §6.16 der Prüfungsordnung. Dort werden die Prüfungen von Senioren sinngemäß wie folgt geregelt:

Es gelten grundsätzlich dasselbe Prüfungsprogramm und dieselben Bewertungsmaßstäbe. Prüflinge ab 45 Jahren verfügen jedoch oftmals nicht (mehr) über die optimalen konditionellen Voraussetzungen, d.h. es muss auf Grund von Mobilitätseinschränkungen davon ausgegangen werden, dass die geforderten Aufgaben nicht mit der optimalen Dynamik vorgeführt werden können.

Betroffene Prüflinge können die geforderten Techniken bzw. Aufgaben dann in einer weniger dynamischen, aber immer noch technisch einwandfreien Form vorführen. Die Prüfungskommission ist von dem Prüfling vor Beginn der Prüfung davon zu informieren, dass er von dieser Möglichkeit Gebrauch machen möchte. Versäumt er dies, ist er nach den üblichen Maßstäben für normale Prüflinge zu bewerten. Nachträglicher Anspruch auf eine entsprechende Sonderbewertung ist nicht möglich.

Falls erforderlich, können betroffene Prüflinge auch alternative Techniken bzw. Lösungen von Aufgabenstellungen demonstrieren. Die Alternativtechnik soll möglichst nahe an der eigentlich geforderten sein. Der Prüfling muss der Prüfungskommission vor der Prüfung eine Auflistung der Alternativtechniken / Lösungen vorlegen und durch Atteste o.Ä. belegen, dass er die ursprünglich geforderte Technik / Lösung aus dem Prüfungsprogramm nicht ausführen kann.

(Mai 2005 / Quelle: Prüferlizenz 2002, Technischer Direktor J. Thumfart)

1.7. Anerkennungsfähige Disziplinen

F.: Gürtel welcher Budodisziplinen können durch eine Anerkennungsprüfung für Ju-Jitsu übernommen werden?

A.: All diejenigen, deren Ausbildungs-/Prüfungsprogramm und -ordnung vergleichbare Inhalte aufweist wie die des DJJV. Dies sind insbesondere Jiu-Jitsu im Ausbildungsprogramm der DJJU sowie gleich- oder ähnlichnamige Stile anderer europäischer Nationalverbände. Im Einzelfall muss der Prüfling durch Vorlage der jeweiligen Prüfungsordnung/-programm den notwendigen Nachweis erbringen.

Bekanntermaßen nicht anerkannt werden Graduierungen, die auf Lehrgängen des DDK erworben wurden, weil hier keine vergleichbaren Kenntnisse erworben werden können wie durch jahrelange Ju-Jitsu-Ausbildung in einem Verein des DJJV. Ebenso nicht anerkannt werden Graduierungen von Disziplinen wie z.B. Judo, Karate, Taekwon-Do, Aikido usw., weil diese nur Teilbereiche des Ju-Jitsu abdecken.

(Dez. 2003 / Quelle: JJ 1x1, JJJ)

1.8. Anerkennungsprüfung, Vorbereitungszeiten

F.: Welche Vorbereitungszeiten gelten vor und nach Anerkennungsprüfungen?

A.: Für die Vorbereitungsprüfung selber wird keine Vorbereitungszeit gefordert. Schon unmittelbar nach Eintritt in den Ju-Jitsu-Verband (d.h. gültiger Ju-Jitsu-Paß vorhanden) darf der Sportler zu einer Anerkennungsprüfung auf seinen Gürtel in der anderen

Disziplin antreten. Es müssen keine Lehrgänge oder dergl. nachgewiesen werden. Zur nächsthöheren Prüfung im Ju-Jutsu darf er dann nach den üblichen Vorbereitungszeiten antreten.

Alternativ kann der Sportler auch vor der Anerkennungsprüfung die Vorbereitungszeit zum nächsthöheren Ju-Jutsu-Grad abwarten und dessen Zulassungsbedingungen (Lehrgangsnachweise usw.) erfüllen. Dann darf er zur Anerkennungsprüfung antreten und im Erfolgsfalle noch an demselben Tage zum nächsthöheren Ju-Jutsu-Grad. Für diese Prüfung sind erneute Prüfungsgebühren zu entrichten. Tritt der an diesem Tage nicht zur weiterführenden Prüfung an, gelten wieder die normalen Vorbereitungszeiten.

(Dez. 2003 / Quelle: TAT, Technischer Direktor J. Thumfart, Viezpräs. Breitensport H. Born, HJJV Thomas Werner)

1.9. Bestehen bei zwei unterschiedlich wertenden Prüfern (2. / 1. Kyu)

F.: Wann hat ein Prüfling auf 2. oder 1. Kyu bestanden, wenn einer der Prüfer „bestanden“ und der andere „nicht bestanden“ gewertet hat?

A.: In einer solchen Situation hat ein Prüfling bestanden, wenn sich die „-“ des einen Prüfers bei dem anderen Prüfer durch freie „+“ ausgleichen lassen und bei beiden Prüfern zusammen höchstens 4 „-“ vorliegen (Achtung, Widerspruch zu älteren Ausgaben des JJ 1x1!).

(Februar 2002 / Quelle: Prüferlizenz 2002, TAT 2000)

2. Kinderprüfungen

2.1. Streifenprüfungen überspringen

F.: Kann ein Kind gleich zur Streifen-Prüfung gemeldet werden, auch wenn es noch keine Spitze hat? Oder den nächsten Vollgürtel machen, wenn es noch keinen Streifen hat?

A.: Ja, aber das sollte die Ausnahme sein. Es wird empfohlen, bei Kindern die vorgesehenen Zwischenstufen und Altersgrenzen einzuhalten. Insbesondere ab Orangegurt sind die Anforderungen für Kinder sonst zu umfangreich.

Es ist auf jeden Fall vor Beginn der Prüfung festzulegen, welcher Gürtel angestrebt wird – nicht „mal gucken, ob es außer zur Spitze auch noch zum Streifen oder vielleicht gar zum Vollgürtel reicht,“ oder, falls es doch nicht zum angestrebten Vollgürtel reicht, einfach den Streifen verleihen.

(2001 / Quelle: JJ1x1)

2.2. Zu junge Prüflinge

F.: Ich habe ein Kind in der Gruppe, das ist ein paar Monate zu jung, kann aber schon alles genauso gut wie die älteren Kinder. Darf das Kind die Prüfung schon machen?

A.: Hierzu ist eine Ausnahmegenehmigung erforderlich. Diese wird in der Regel dann erteilt, wenn das Kind seinem Alter entsprechend weit voraus ist (dies muss von seinem Trainer bestätigt werden), das fehlende Alter nicht erheblich ist. Es sollte jedoch nicht so sein, dass diese Ausnahme für jede folgende Prüfung wieder beantragt wird, sondern irgendwann die richtigen Altersgrenzen erreicht sind.

(November 2005 / Quelle: VS 2004)

2.3. Kindgerechte Prüfungen

F.: Wie können Kinderprüfungen „kindgerecht“ gestaltet werden?

A.: Kindgerechte Anweisungen, unnötigen Druck auf Prüflinge vermeiden, z.B. durch gruppenweises Prüfen von Bewegungsformen und Fallschule, geringere Konzentration und

Geduld der Prüflinge akzeptieren, ggf. Einbindung des Vereinstrainers z.B. zur Ansage der Prüfungsaufgaben, bei nervösen Prüflingen bei Hängern die Aufgabe erstmal zurückstellen und später wieder darauf zurückkommen. Kinderprüfungen möglichst so anlegen, dass sie nicht unnötig lange dauern.

(Februar 2002 / Quelle: Prüferlizenz 2002)

2.4. Komplexaufgabe in Zwischenprüfungen

F.: Wird die Komplexaufgabe in den Zwischenprüfungen zum Gelbgurt mit Aufnäher / Streifen und zum 3. Orangegurt mit Streifen mitgeprüft?

A.: Ja. Zitat JJ 1x1 „Erläuterungen zum Kinderprüfungsprogramm“ (Seite 143 in der Ausgabe 2005): „Bei jeder Prüfung [...] sind alle Bereich zu prüfen“, somit auch die Komplexaufgaben.

(Dezember 05 / Quelle: JJ 1x1)

2.5. Prüfungsfächer in Streifenprüfungen

F.: Welche Prüfungsfächer werden in einer Streifenprüfung geprüft?

A.: Bewegungsformen, Falltechniken, Bodentechniken (jeweils 1/3, 1/2 oder 2/3 des Vollgurtprogramms), Komplexaufgabe (ab 5. Kyu I), Techniken (Zusammengefasst die Prüfungsfächer von Abwehrtechniken bis Sonstige Techniken als *eine* Note, jeweils 1/3, 1/2 oder 2/3 des Vollgurtprogramms), Kombinationen/Vielfältigkeit, Weiterführungstechniken (ab 5. Kyu I), Gegentechniken (ab 5. Kyu I), Freie Anwendung und Angriffs-/Partnerverhalten.

(2006 / Quelle: JJ1x1)

3. Prüfungsablauf

3.1. Vorkenntnisse

F.: Was ist jetzt mit den Vorkenntnissen?

A.: Seit April 2001 werden keine allgemeinen Vorkenntnisse mehr abgefragt. Seit Januar 2007 wird in den Danprüfungen jedoch im Rahmen des Technikprogramms je eine Atemi- und eine Wurftechnik aus den bisherigen Graden nach Wahl der Prüfer abgefragt.

(2001-2007 / Quelle: TAT 2000, TAT 2005)

3.2. Wer sagt an, welche Technik gezeigt werden soll?

F.: Wenn im Prüfungsprogramm z.B. steht „Hüftfegen oder Schenkelwurf“ oder „2 Handgelenkhebel“, wer entscheidet dann, welche der möglichen Techniken gezeigt wird?

A.: Der Prüfling entscheidet, welche der Techniken er zeigen möchte. Er muss sie aber vor Ausführung der Technik ansagen. Ein Dialog zwischen Prüfling und Prüfer könnte also z.B. wie folgt ablaufen:

Prüfer: „Zeige mir bitte einen Armstreckhebel am Boden!“

Prüfling: „Seitstreckhebel gegen Würgen am Boden von der Seite!“

Partner: <Greift mit Würgen am Boden von der Seite an>

Prüfling: <Verteidigt sich gegen das Würgen mit Seitstreckhebel>

(2001 / Quelle: TAT 2000)

3.3. Partnerwahl

F.: Wer bestimmt, mit welchem Partner die Prüflinge ihre Aufgaben vorführen?

A.: Im Prinzip heißt es, „der Prüfling muss seinen Partner unter den Prüfungsteilnehmern wählen.“ Der Prüfer jedoch entscheidet darüber, wann ein Partnerwechsel stattfinden soll. Es ist darüber hinaus Aufgabe des Prüfers, bestimmte unsinnige Zusammenstellungen (Zwerg mit Riese oder umgekehrt usw., wenn sich daraus Konsequenzen für die Durchführung oder Bewertung der Prüfungsaufgaben ergeben) ggf. durch Aufforderung zum erneuten Partnerwechsel oder durch direkte Zuweisung eines anderen Partners zu unterbinden. Auch kann ein Prüfer, wenn der Eindruck entsteht, dass bestimmte Prüfungsaufgaben nur mit eingespieltem Partner beherrscht werden, darauf drängen, dass der Prüfling die Aufgaben mit fremden Partnern vorführt.

(Februar 2002 / Quelle: Prüferlizenz 2002)

3.4. Prüfungsabschnitte

F.: In welche Abschnitte sollen die Prüfungen unterteilt werden?

A.: Eine einheitliche Regelung durch die Prüfungsordnung ist noch nicht gegeben. In Anlehnung an andere Landesverbände gehen wir im SHJJV wie folgt vor:

Kyu-Bereich in zwei Abschnitten:

1. ganzes Programm bis auf „Freie Anwendungsformen“
2. „Freie Anwendungsformen“ (beide Partner werden gleichzeitig geprüft)

Bei 2. und 1. Kyu kann auch in drei Abschnitten geprüft werden (mit den gleichen Abschnitten wie erster bis dritter Dan).

Erster bis dritter Dan in drei Abschnitten:

1. bis Ende „Ju-Jitsu-Techniken in Kombination“
2. bis Ende „Freie Selbstverteidigung“
3. „Freie Anwendungsformen“ (beide Partner werden gleichzeitig geprüft)

Vierter und fünfter Dan in drei Abschnitten:

1. „Freie Darstellung mit Selbstverteidigungscharakter im Bereich der Ju-Jitsu-Techniken“ (vor allen anderen Prüfungen)
2. bis Ende „Ju-Jitsu-Techniken in Kombination“
3. Rest

(Mai 2005 / Quelle: Prüferlizenz 2002)

3.5. Anerkennungsprüfung, Ablauf

F.: Wie laufen Anerkennungsprüfungen ab?

A.: Bei einer Anerkennungsprüfung fragt der Prüfer Grad für Grad jeweils fünf Techniken oder sonstige Prüfungsaufgaben nach seiner Wahl ab. Die Bewertung erfolgt nach denselben Kriterien wie bei einer normalen Prüfung.

Der höchste Grad, bis zu dem auf diese Weise geprüft werden kann, ist der Grad, den der Prüfling in seiner ursprünglichen Disziplin innehat. Es ist aber auch möglich, sich von vornherein nur auf einen niedrigeren als den Grad in der anderen Disziplin prüfen zu lassen (Beispiel: Ein Prüfling hat den 3. Kyu im Jiu-Jitsu, möchte sich aber nur auf Orange anerkennen lassen).

Erfüllt der Prüfling die Anforderungen eines Grades nicht, so bekommt er im Ju-Jitsu nur denjenigen Grad, bis zu dem er die Anforderungen erfüllen konnte (Beispiel: Ein Prüfling hat Blaugurt im Jiu-Jitsu. In der Anerkennungsprüfung erfüllt er die Anforderungen für 5. und 4. Kyu, nicht mehr jedoch die für den Grüngurt. Dann bekommt er im Ju-Jitsu den Orangegurt verliehen).

Eine Anerkennungsprüfung ist pro Person nur einmal möglich.

Jeder erfolgreiche Prüfling bekommt die Prüfung ganz normal für den anerkannten Grad im Paß eingetragen incl. Prüfungsmarke sowie die Prüfungsurkunde.

(2001 / Quelle: JJ1x1, Technischer Direktor J. Thumfart)

4. Falltechniken

4.1. Falltechniken unter Einwirkung des Partners (2. Kyu)

F.: Wie läuft die Fallschule unter Einwirkung des Gegners in der Prüfung zum 2. Kyu ab?

A.: Der Prüfling wird von einem Angreifer zur Anwendung der Fallschule gezwungen (Schubsen von hinten → Rolle vorwärts, Schubsen von vorne → Rolle rückwärts, Wurf nach vorne → Sturz seitwärts, Doppelhandsichel von hinten → Sturz vorwärts, Doppelhandsichel von vorne → Sturz rückwärts). Der Prüfling führt die Rolle bzw. den Sturz aus und reagiert sodann sofort auf den nachsetzenden Angreifer mit einer kompletten Verteidigungskombination.

Beispiel für Rolle vorwärts: Angreifer schubst, Prüfling macht die Rolle vorwärts und kommt unter Eigensicherung wieder hoch, Angreifer setzt nach und holt zum Schlag aus, Prüfling wehrt den Schlag ab.

Beispiel für Sturz seitwärts: Angreifer wirft mit Schulterwurf, Prüfling macht Sturz seitwärts, dreht sich dann sofort am Boden, führt einen Schulterbeinzug durch und steht unter Eigensicherung unter Gewinnung einer sicheren Distanz auf.

(2001 / Quelle: JJ1x1)

5. Bodentechniken

5.1. Überwältigung eines Gegners in vorgegebener Position (1. Kyu)

F.: Im Programm zum 1. Kyu wird die Überwältigung eines Gegners in Bauchlage oder Bankposition bzw. in Seiten- oder Rückenlage gefordert. Wenn dabei z.B. der Partner anfangs in der Bankposition ist, muss er dann am Ende der Kombination auch in der Bank festgelegt sein?

A.: Nein, vorgegeben ist hier nur die Ausgangsposition. In welcher Position die Kombination abgeschlossen wird, ist dem Prüfling überlassen.

(2001 / Quelle: JJ1x1)

5.2. Haltetechnik nach Befreiungstechnik des Gegners, wann gelöst? (1. Dan)

F.: Wann gilt eine Haltetechnik als gelöst für die Aufgabe Haltetechnik nach Befreiungstechnik des Gegners?

A.: Als Faustregel kann man sagen: Dann, wenn ein Kampfrichter die Haltetechnik als gelöst werten würde (nun gibt es ja im Kampf z.B. die Haltetechnik bei eigener Rückenlage nicht, hier ist das dann sinngemäß gemeint). Grob gesagt also dann, wenn der Gegner die ursprüngliche Haltetechnik schon eindeutig zunichte gemacht hat. Ein fließender Übergang von einer Haltetechnik zur nächsten (wie in der Prüfung zum 1. Kyu gefordert) soll nicht mehr möglich sein, vielmehr muss die Haltetechnik schon soweit gelöst sein, dass der Prüfling aus der sich ergebenden Situation heraus möglichst mit der Kraft und Dynamik des Gegners arbeitend erneut eine Haltetechnik einnehmen muss, wenn er die Kontrolle über den Gegner nicht völlig verlieren will.

Ein typisches Beispiel wäre: Haltetechnik in Reitposition, der Gegner befreit sich durch Rotation um die Körperlängsachse, so dass der Prüfling unten zu liegen kommt. Wenn der Gegner oben liegen bleiben würde, hätte er jetzt die Kontrolle über die Situation erlangt. Der Prüfling aber nutzt den Schwung des Gegners, um das Rollen um die

Körperlängsachse noch um eine halbe Drehung zu verlängern, und kann dann den Gegner erneut im Reitsitz halten.

Der Gegner soll bei seiner Befreiung nach Möglichkeit nicht direkt in einen Hebel oder Würger übergehen, weil sonst die Prüfungsaufgabe doch recht schwer wird. (Das ist analog zu den Weiterführungstechniken bei Hebel, Wurf, Würge oder Atemi zu sehen, wo der Gegner ja auch nur die angesetzte Technik zunichte machen und nicht in vollem Umfange eine Gegentechnik ausführen soll.)

(Oktober 2002 / Quelle: Trainerworkshop Mölln, September 2002)

5.3. Haltetechnik nach Befreiungstechnik des Gegners, welche Haltetechniken? (1. Dan)

- F.: Sind bei Haltetechnik nach Befreiungstechnik des Gegners auch Haltetechniken erlaubt, die nicht im JJ-Prüfungsprogramm vorkommen (konkret: Halten von der Kopfseite)?
- A.: Sowohl als Ausgangs- als auch als Endposition sind hier alle Haltetechniken erlaubt, die die geforderten Prinzipien einer Haltetechnik erfüllen (d.h. der Gegner wird am Boden ohne zwingenden Einsatz von Hebel-, Würge- oder Nervendrucktechniken so fixiert, dass er möglichst keine Bewegungsfreiheit mehr hat, um den Haltenden zu schlagen oder sich sonstwie zu befreien). Eine korrekt ausgeführte Haltetechnik von der Kopfseite erfüllt diese Kriterien, ist also erlaubt.

Das gilt sinngemäß auch für den Übergang Stand-Boden in den Prüfungen zum 2. und 3. Dan. Im Kyu-Bereich hingegen sollten immer die Haltetechniken aus dem Prüfungsprogramm gezeigt werden.

(Oktober 2002 / Quelle: Trainerworkshop Mölln, September 2002)

5.4. Übergang Stand-Boden (2. / 3. Dan)

- F.: Was gehört alles zum Übergang Stand-Boden?
- A.: Übergang Stand-Boden ist eine Bewegungsaufgabe, keine Technik. Ziel ist es, den Gegner und sich selber durch eine beliebige Technik (kann auch ein Wurf oder ein Hebel sein, muss es aber nicht) derart in den Boden zu bringen, dass der Prüfling am Boden sofort die Kontrolle über den Angreifer hat.

(November 2006 / Quelle: Entscheidung TAT 2006)

6. Komplexaufgabe

6.1. Ablauf / Bewertung der Komplexaufgabe

- F.: Wie ist das Prüfungsfach „Komplexaufgabe“ zu verstehen?
- A.: Komplexaufgaben sind als Übungsformen aufzufassen und entsprechend nicht mit Wettkampfcharakter zwischen den Darstellern, sondern unter Berücksichtigung der genannten jeweiligen Schwerpunkte (siehe JJ 1x1) in lockerer Form flüssig zu demonstrieren.

(Februar 2002 / Quelle: Prüferlizenz 2002)

7. Abwehrtechniken

7.1. Abwehrfolge im Dreierkontakt mit Übergang zu Hebeltechniken und Reaktion auf Störtechniken des Partners (2. / 3. Dan)

F.: Ab wann darf die Störtechnik einsetzen? Schon unmittelbar nach dem ersten Kontakt, oder erst beim Ansetzen der Hebeltechnik?

A.: Es kann zu jedem Zeitpunkt eine Störung erfolgen, selbst beim eigenen Schlagen (ACHTUNG, GEÄNDERTE AUSLEGUNG!). Ziel der Aufgabe ist der fließende Umgang mit dem Dreierkontakt bzw. Atemitechniken.

(November 2006 / Quelle: Entscheidung TAT 2006)

7.2. Abwehrtechnik mit dem Fuß oder Unterschenkel (3. / 2. Kyu)

F.: Darf man den Stoppfußstoß als Abwehrtechnik mit dem Fuß zeigen?

A.: Ja. Wenn im 5. Kyu der Stoppfußstoß explizit gefragt ist, steht die Technik als solche im Vordergrund, bei der Abwehrtechnik mit dem Fuß zum 3. oder 2. Kyu die Lösung der Aufgabe. Analog ist auch der Handballenstoß gegen die Schulter des Angreifers zum Stoppen des Angriffsarms („Schulterstopp“) als Abwehrtechnik mit der Hand zu sehen, auch wenn noch im gleichen Gürtel der Handballenstoß explizit abgefragt wird.

(2001 / Quelle: JJ1x1, Technischer Direktor J. Thumfart)

8. Atemitechniken

8.1. Handballentechnik (5. Kyu)

F.: Darf man auch Handflächenschläge anstelle einer Handballentechnik zeigen?

A.: Ja. Abweichend von der Beschreibung im JJ 1x1 sind auch Handflächenschläge nach innen oder nach außen erlaubt. Hierbei trifft die angespannte Handfläche in einer Ohrfeigen-ähnlichen Bewegung (nach innen) oder Rückhandschlag-ähnlichen Bewegung (nach außen) das Ziel. Als Ziele bieten sich das Gesicht einschließlich der Ohren sowie der Genitalbereich an.

(November 2005 / Quelle: TAT 2005)

8.2. Atemi Vorkenntnisse (1.-3./5. Dan)

F.: Welche Techniken darf der Prüfer bei den Vorkenntnissen Atemi abfragen?

A.: Handballenstoß, Handballenschlag, Handflächenschlag, Knieschlag, Kniestoß, Stoppfußstoß, Fußtritt vorwärts, Fußstoß vorwärts, Gerader Fauststoß, Kettenfauststöße, Faustschlag, Ellenbogenschlag vorwärts horizontal, Ellenbogenschlag vorwärts aufwärts, Ellenbogenstoß vorwärts, Ellenbogenschlag seitwärts aufwärts, Ellenbogenstoß seitwärts, Ellenbogenschlag rückwärts horizontal, Ellenbogenschlag rückwärts aufwärts, Ellenbogenstoß rückwärts, Ellenbogenstoß abwärts, Low-Kick, Handaußenkantenschlag, Fußstoß abwärts, Fußstoß seitwärts, Fingerstich, Pressluftschlag, Kopfstoß/Kopfschlag, Halbkreisfußtritt vorwärts, Handinnenkantenschlag (ab 2. Dan), Fußstoß rückwärts (ab 3. Dan), Halbkreisfußtritt rückwärts (ab 3. Dan), Fersendrehschlag (ab 3. Dan), Fersenschlag abwärts nach innen (ab 5. Dan), Fersenschlag abwärts nach außen (ab 5. Dan).

(März 2007 / Quelle: TAT 2005, JJ 1x1)

9. Sicherungstechniken

9.1. Prüfungsfach Sicherungstechniken (alle Grade)

F.: Wie wird das Prüfungsfach Sicherungstechniken bewertet, wenn im Technikprogramm gar keine Sicherungstechniken gefordert sind (z.B. 5. Kyu)?

A.: Es müssen in jeder Prüfung mindestens zwei Sicherungstechniken gezeigt werden. Dies können die im Technikprogramm explizit abgefragten Techniken wie z.B. im 3. Kyu „Armbeugehebel als Transporttechnik“ oder im 1. Kyu „Kopfkontrollgriff“ sein. Wird nur eine oder keine Sicherungstechnik explizit verlangt, muss der Prüfung in seinen Kombinationen trotzdem mindestens zwei Sicherungstechniken einbauen (siehe Prüfungsordnung § 6.5).

(November 2007 / Quelle: Prüfungsordnung)

10. Hebeltechniken

10.1. Armbeugehebel (4. Kyu)

F.: Im Programm zum 4. Kyu sind zwei Armbeugehebel gefordert. Dürfen die auch beide am Boden sein?

A.: Nein, der erste Armbeugehebel soll im Stand sein, der zweite als Festlegetechnik am Boden.

(2001 / Quelle: TAT 2000)

10.2. Beidseitiger Armstreckhebel (5. / 4. / 2. Kyu, 1. / 3. / 5. Dan)

F.: In der Stoffsammlung wird in älteren Ausgaben des JJ 1x1 unter der Bezeichnung „Beidseitiger Armstreckhebel“ eine Hebeltechnik mit gestreckten Armen, aber mit Wirkung nur auf die Schultern (nicht auf das Ellenbogengelenk) gezeigt. Laut Technikbeschreibung muss bei einem Armstreckhebel im Sinne des Prüfungsprogramms jedoch ein Druck auf den Ellenbogen ausgeübt werden. Darf diese Technik als Armstreckhebel gezeigt werden oder nicht?

A.: Nein (**ACHTUNG, GEÄNDERTE AUSLEGUNG!**). Die TAT 2006 hat entschieden, dass hier keine Aufweichung des Prinzips der Verhebelung des gestreckten Ellenbogens zugelassen werden soll. Anderenfalls müssten auch fehlerhafte bzw. nicht optimale Varianten von Armstreckhebeln, die nur auf das Schultergelenk wirken, zugelassen werden (z.B. Körperstreckhebel, wenn der Arm nur nach oben-vorne gedrückt wird, ohne das Ellenbogengelenk wirksam zu hebeln).

(November 2006 / Quelle: Entscheidung TAT 2006)

10.3. Vorbereiten eines Hebels (alle Grade)

F.: Ist bei Hebeln (z.B. Kipphandhebel) das vorausgehende Gleichgewichtbrechen ein notwendiges Prinzip?

A.: Hebeltechniken müssen vorbereitet werden, sonst wird ein Laie mit Kraft und ein Kampfsportler mit Gegentechniken gegenangehen. Gleichgewichtbrechen ist eine von mehreren Möglichkeiten dazu, je nach Hebel gibt es auch noch andere Möglichkeiten (Atemi, Nervendruck, Finten, ...). Bei den meisten Hebeltechniken im Stand ist für die erfolgreiche Ausführung der Technik auch eine optimale Position zum Angreifer erforderlich. Korrektes Gleichgewichtbrechen unter Einsatz des eigenen Körperschwerpunktes, Beinarbeit und Ausrichtung führt in der Regel bereits in diese optimale Position und hilft von sofern, Fehler bei der Technikausführung zu vermeiden.

Ich empfehle daher, Gleichgewichtbrechen als bevorzugtes Mittel zur Hebelvorbereitung zu verwenden und zu unterrichten.

Juni 08 / Quelle: Prüfungsvorbereitungslehrgang April 08, Trainerworkshop Mai 08

10.4. Körperabbiegen (5. Kyu)

F.: Ist Körperabbiegen ein Wurf oder ein Hebel?

A.: Ein Hebel. Gemäß der aktuellen Sichtweise des DJJV entsteht die Wirkung durch Überstreckung der Wirbelsäule (eine Kette von Gelenken) nach hinten. Hierbei ist durch die zweite Hand im Bereich der Lendenwirbelsäule ein Widerlager gegeben, im Gegensatz zu zum Beispiel Rückriss oder Körperückstoß, welche deshalb als Wurf eingeordnet werden.

(November 2006 / Quelle: Entscheidung TAT, Technischer Direktor Joe Thumfart)

11. Wurftechniken

11.1. Hüftwurf, Schulterwurf, Schenkelwurf (4. / 3. / 2. Kyu)

F.: Ist die Ausführung eines Hüftwurfes (Schulterwurfes, Schenkelwurfes) in Schrittstellung in der Prüfung erlaubt?

A.: Ja. Die Schrittstellungsvarianten der genannten Würfe haben sich im Wettkampf als sehr effektiv erwiesen und sind auch für die Selbstverteidigung gut geeignet. Sie sind in der Prüfung anzuerkennen, soweit die geforderten Prinzipien der Würfe deutlich erkennbar dargestellt werden.

(November 2006 / Quelle: Entscheidung TAT 2006)

11.2. Beingreifer (1. Kyu)

F.: Was sind Beingreifer?

A.: Unter Beingreifer fallen alle Formen von Schaufelwurf und Doppelhandsichel sowie Beinrückwurf, Beinriß, Beinheber in allen Richtungen und Fersenrückwürfe. Dazu kommen noch alle weiteren Würfe, bei denen der Griff an die Beine des Angreifers ein wesentliches Element ist. Nicht dazu gerechnet werden sollen Würfe, bei denen der Griff an das Bein nur eine Griffvariante ist (z.B. sind Ausheber, Hüftrad, Schulterrad, Große Innensichel usw. keine Beingreifer, selbst wenn dort als Variation ein Bein des Angreifers erfaßt oder geklammert wird), der Wurf aber im Wesentlichen auf anderen Prinzipien beruht.

(2005 / Quelle: TAT 2004, Dankkommission Nov. 2004)

11.3. Wurf Vorkenntnisse (1.-5. Dan)

F.: Welche Techniken darf der Prüfer bei den Vorkenntnissen Wurf abfragen?

A.: Beinstellen, Hüftwurf, Hüftrad, Große Außensichel, Schulterwurf, Schulterzug, Große Innensichel, Hüftfegen, Schenkelwurf, Rückriss, Schleuderwurf (ab 2. Dan), Körperückstoß (ab 3. Dan), Körperwurf (ab 4. Dan), Kleine Innensichel oder Kleines Einhaken von innen oder Fußfegen von innen (ab 5. Dan), Kleine Außensichel oder Kleines Einhaken von außen oder Fußfegen von außen (ab 5. Dan). Das explizite Abfragen einer der wahlfreien Ausheber, Beingreifer oder Selbstfallwürfe ist nicht vorgesehen.

(März 2007 / Quelle: TAT 2005, JJ 1x1)

12. Waffenabwehr

12.1. Waffenabwehr mit Kontrolle des waffenführenden Arms (3. / 2. Kyu)

F.: Dürfen in der Messerabwehr mit Kontrolle des waffenführenden Arms in der Prüfung zum 2. Kyu auch komplette Kombinationen gezeigt werden oder muss der Prüfling die Aktion nach Herstellung der Kontrolle über den waffenführenden Arm abbrechen?

A.: Der Prüfling darf eine komplette Kombination zeigen, aber er muss es nicht. Allerdings können die Prüfer ggf. die Aktion abbrechen, wenn die Prüfungsaufgabe erfüllt ist, um die Prüfung nicht unnötig in die Länge zu ziehen.

Wichtig ist insbesondere, dass auch bei Vorführung einer kompletten Kombination die eigentliche Prüfungsaufgabe (Kontrolle des waffenführenden Arms) für die Prüfer deutlich sichtbar erfüllt wird.

Das gilt sinngemäß auch für die Stockabwehr mit Kontrolle des waffenführenden Arms in der Prüfung zum 3. Kyu, für die Stockabwehr in Verbindung mit Störtechniken zum 2. Kyu usw.

(2001 / Quelle: JJ1x1)

12.2. Störtechniken bei der Waffenabwehr (2. / 1. Kyu)

F.: Muss eine Störtechnik immer eine Atemtechnik (Waffenabwehr in Verbindung mit Störtechnik) sein?

A.: Ja, so war die Prüfungsaufgabe gedacht. Mit Störtechnik ist in der Regel eine (zumindest fast) gleichzeitig mit der Abwehrtechnik ausgeführte Atemtechnik gemeint. Typische Ziele sind der angreifende Arm oder der Kopf. Sinn der Störtechnik ist es, einen weiteren Waffeneinsatz nach der Abwehrtechnik (Zurückziehen oder neu ausholen mit der Waffe) von vornherein auszuschließen, um so Zeit für die eigene Kombination zu gewinnen.

Wichtig für die Prüfung ist aber auch, dass bei diesen Prüfungsaufgaben keine vollständigen Abwehrkombinationen verlangt sind, sondern schwerpunktmäßig die Störtechniken. Deshalb sollte der Prüfling darauf achten, dass seine Störtechnik deutlich und gut zu bewerten für den Prüfer zu erkennen ist. Denn ohne Störtechnik bleibt dem Prüfer nichts anderes übrig, als selbst die perfektste Abwehrhandlung mit Minus zu bewerten.

(Mai 2005 / Quelle: Prüferlizenz 2002)

12.3. Gleichzeitigkeit der Störtechniken bei der Waffenabwehr (2. / 1. Kyu)

F.: Muss die Störtechnik immer gleichzeitig mit dem Kontakt der Abwehrtechnik erfolgen?

A.: Nein, unmittelbar im Anschluß daran reicht je nach Kombination auch aus. Bei manchen Abwehrtechniken / Angriffswinkeln ist eine 100%ig gleichzeitige Störaktion nicht sinnvoll (z.B. könnte man bei Angriff 1 auch zuerst eine Abwehr im Dreierkontakt machen und dann erst gleichzeitig mit dem dritten Kontakt die Störtechnik zum Gesicht ausführen).

(November 2005 / Quelle: TAT 2005)

12.4. Beweglicher Gegenstand (2. Kyu)

F.: Welche Gegenstände dürfen in der Freien Abwehr beweglicher Gegenstände benutzt werden? Kette ist klar, würde auch ein ausziehbarer Teleskopschlagstock gehen?

A.: Nein, der bewegliche Gegenstand soll in erheblichen Ausmaß nachfedern bzw. einen Peitscheneffekt haben, da dies ein ganz bestimmtes Abwehrverhalten erfordert. Beispiele sind Seit- oder Taustücke, Peitschen. Miteinander verbundene Stöcke (Nunchaku und dergleichen) fallen auch in diese Kategorie, fallen aber unter das Waffengesetz.

Juni 2008 / Quelle: JJ 1x1

12.5. Stockabwehr mit waffenlosen Folgetechniken (1. Dan)

F.: Eigentlich sind ja waffenlose Folgetechniken gefordert. Darf trotzdem der Stock in verantwortungsvoller Form für die Folgetechniken verwendet werden?

A.: Ja. Das Prüfungsfach ist von unten nach oben aufgebaut, d.h. in jedem Gürtel wird die zu bewältigende Aufgabe für den Prüfling anspruchsvoller. Demzufolge werden Folgetechniken mit dem Stock (gefordert in den Technikgruppen Atemi-, Würge-, Hebel- und Wurftechniken zum 2. Dan) als anspruchsvoller angesehen als die waffenlosen Folgetechniken.

Es ist durch die Gürtelgrade hindurch immer erlaubt, mehr zu zeigen, als minimal gefordert ist. Deshalb muss es auch hier erlaubt sein, mehr zu zeigen, d.h. der Prüfling darf auch statt der einfachen waffenlosen Folgetechniken auch Folgetechniken mit Verwendung des Stockes zeigen.

Die Verhältnismäßigkeit sollte beim Einsatz der abgenommenen Waffe beachtet werden. Dies gilt sinngemäß auch für die Messerabwehr mit waffenlosen Folgetechniken.

Januar 2003, Juni 2008 / Quelle: JJ 1x1

13. Weiterführungs- und Gegentechniken

13.1. Welche Techniken sind zur Weiterführung erlaubt?

F.: Wenn die Weiterführung einer Wurftechnik gefragt ist, muss dann die Weiterführungstechnik auch ein Wurf sein?

A.: Nein, als Weiterführungstechnik sind außer reinen Atemitechniken alle Techniken zugelassen. Atemitechniken dürfen nur zur Unterstützung einer anderen Technik mit eingesetzt werden, aber die eigentliche Weiterführungstechnik muss mehr sein als nur ein Atemi. Wichtig ist dabei aber immer, dass das Prinzip der Weiterführungstechniken (die Ausnutzung der Reaktion des Partners für die Weiterführung) demonstriert wird.

Das gilt sinngemäß natürlich auch für die Weiterführung von Hebeltechniken sowie Gegentechniken gegen Wurf- oder Hebeltechniken.

(2001 / Quelle: JJ1x1, Bundeslehrwart K.L.Tretau)

13.2. Weiterführung von Atemitechniken: Möglichkeiten (3. / 1. Kyu)

F.: Prüfungsaufgabe Weiterführung nach abgewehrten Atemitechniken des Verteidigers: Ist damit nur Trapping gemeint?

A.: Nein. Ursprünglich hat die JJ2000-Kommission mit der Prüfungsaufgabe „Weiterführung nach abgewehrten Atemitechniken des Verteidigers“ zwar eigentlich nur Trapping gemeint. Trapping ist, grob vereinfacht ausgedrückt, das Bestreben, die schlagenden und blockenden Angreiferarme unter Ausnutzung von deren Bewegungsrichtungen unter Kontrolle zu bekommen.

Später wurde dann aber beschlossen, dass auch alle anderen Handlungen zulässig sind, die situationsgerecht unter Ausnutzung von Bewegungs- und Energierichtungen die Situation wieder zum Vorteil für den Verteidiger wenden.

Somit sind auch Reaktionen, die nicht nur mit dem störenden Arm arbeiten, erlaubt, wenn das Gesamtbild stimmig ist (und erkennbar eine Weiterführung, nicht nur eine einfache Kombination von JJ-Techniken vorliegt).

Ein paar Beispiele (jeweils geht ein Angriff durch den Partner sowie eine erste Abwehrhandlung des Prüflings voraus):

- Prüfling macht einen Faustschlag zum Kopf, Partner blockt ab mit Unterarmblock nach außen, Prüfling bekommt den Blockarm zu fassen und setzt einen Armhebel an.

- Prüfling macht einen Faustschlag zum Kopf, Partner blockt ab mit Unterarmblock nach außen, der Prüfling bricht das Gleichgewicht zur anderen Seite nach hinten außen und führt eine Große Außensichel durch, wobei er seine eigene Bewegungsenergie aus dem Faustschlag mit ausnutzt. chgewicht brechen würde.
- Prüfling macht einen Faustschlag zum Kopf, Partner blockt ab mit Unterarmblock nach außen, Prüfling schlägt den Blockarm mit der anderen Hand weg und hat jetzt freie Bahn für einen erneuten Faustschlag zum Kopf.
- Prüfling macht einen Faustschlag zum Kopf, Partner blockt ab mit Unterarmblock nach außen, Prüfling hakt mit seinem Schlagarm in den Blockarm ein und nutzt das, um das Gleichgewicht nach vorne-unten zu brechen und anschließend mit beiden Händen zum Kopf des Partners zu fassen (je nach dessen Reaktion kann dann entweder Genick-drehhebel oder ein Zubodenziehen nach vorne folgen).

(Juli 2003 / Quelle: Technischer Direktor J. Thumfart, Vizepräsident DJJV Breitensport Harald Born)

13.3. Weiterführung von Atemitechniken: Wieviele, wie verschieden (3. / 1. Kyu)

F.: Laut Prüfungsprogramm muss ich zum 1. Kyu folgendes zeigen: 3 x Weiterführung nach abgewehrten Atemitechniken des Verteidigers.

Ist bei der Aufgabe nun gemeint, dass man 3 verschiedene Weiterführungen auf z. B. Angreifer macht Schwinger rechts, ich blocke und mache meinerseits einen Geraden Fauststoß, der Angreifer wehrt meinen Fauststoß ab (3 mal die gleichen Angriffe) müsste ich mit jeweils als letzter Gegenreaktion mit 3 verschiedenen Weiterführungstechniken reagieren? Oder ist gemeint, dass man verschiedene Reaktionen der Weiterführung auf 3 verschiedene Angriffe können muss? Oder ist gemeint, dass ich jeweils 3 verschiedene Varianten der Weiterführung auf 3 verschiedene Angriffe zeigen muss? Also 9 Techniken?

A.: Es sind insgesamt 3 Aktionen (bzw. 2 zum 3. Kyu) zu zeigen. Welchen Angriff der Angreifer in seiner Angriffshandlung macht, ist egal (kann immer der gleiche sein, darf aber auch unterschiedlich sein). Ebenso darfst Du in bei Deinem Atemi, der abgewehrt wird, nach eigenem Gutdünken immer denselben Atemi oder auch unterschiedliche machen. Dann kommt die Gegenreaktion des Angreifers; diese soll so sein, dass sich Dir als Weiterführung 3 verschiedene Möglichkeiten auftun (d.h. normalerweise muss der Angreifer dafür auch 3 unterschiedliche Reaktionen zeigen).

Ich versuch das mal im Ablauf darzustellen:

1. Angreifer greift an: beliebig, darf auch immer der gleiche Angriff sein
2. Prüfling wehrt ab und kontert mit Atemi: beliebig, darf auch immer der gleiche Atemi sein
3. Angreifer verhindert, dass der Atemi des Prüflings trifft: soll so sein, dass der Prüfling unterschiedliche Weiterführungen zeigen kann
4. Prüfling führt weiter: sollen 3 verschiedene Weiterführungen werden.

(Januar 2005)

13.4. Gegentechniken gegen Wurftechniken

F.: Dürfen Gegentechniken gegen Würfe auch nach Verlust des Bodenkontaktes bzw. „wenn das eigene Fallen nicht mehr verhindert werden kann“ angesetzt werden, oder ist diese Situation für die Prüfung zum 2. Dan vorbehalten?

A.: Bei den in den Prüfungen zum 2. und 1. Kyu sowie in zum 1. und 3. bis 5. Dan verlangten Gegentechniken gegen Wurftechniken können auch Gegentechniken gezeigt werden, die erst nach Verlust des Bodenkontaktes (bzw. wenn das Fallen nicht mehr vermieden werden kann) einsetzen.

(Februar 2002, November 2006 / Quelle: Prüferlizenz 2002)

14. Freie Selbstverteidigung

14.1. Partner bei den Duo-Serien

F.: Darf der Prüfling sich seinen eigenen Partner zur Duo-Serie mitbringen?

A.: Nein, der Angreifer ist ein anderer Prüfling. Dafür wird auch keine perfekte wettkampf-mäßige Duo-Vorführung erwartet, sondern einfach nur das, was früher unter dem Begriff „Freie Abwehr angesagter Angriffe“ praktiziert wurde. Nur dass hier die Angriffe von vornherein bekannt sind.

(2001 / Quelle: JJ1x1, Prüfungsvorbereitungslehrgang 26.5.01)

14.2. Ansage der Angriffe bei den Duo-Serien

F.: Sagt der Prüfer bei den Duo-Serien nur die Nummern an oder die Bezeichnungen der Angriffe?

A.: Der Prüfer nennt die Angriffe beim Namen, also zum Beispiel „Fauststoß zum Kopf rechts“ und nicht „Serie 3, Angriff 1“.

(2001 / Quelle: JJ1x1, Prüfungsvorbereitungslehrgang 26.5.01)

15. Freie Anwendungsformen

15.1. Ablauf / Bewertung der freien Anwendungsformen

F.: Wie sollen die Freien Anwendungsformen gestaltet / bewertet werden?

A.: Als Randori, d.h. ein gewisses Zusammenspiel der beiden Prüflinge wird verlangt. Jeder Prüfling soll zwar demonstrieren, dass er die sich ihm bietenden Möglichkeiten zu nutzen versteht, aber niemals die Gesundheit des Partners riskieren. Die Prüflinge sollen zeigen, dass sie eine Übungsauseinandersetzung mit der notwendigen Rücksichtnahme aufeinander führen können. „Sieg“ oder „Niederlage“ im Randori ist nicht von Bedeutung für die Bewertung, übertriebener Ehrgeiz führt zur Abwertung. Auch mit bewertet wird die Anwendung und Ausführung der Bewegungsformen und Ju-Jutsu-Techniken.

Zeigt ein Prüfungsteilnehmer zu viel Verbissenheit oder gefährdet er seine Partner, so ist vom Prüfer sofort einzuschreiten. Reicht eine einmalige Ermahnung zur Mäßigung nicht, wird der Prüfer den betreffenden Prüfling auswechseln lassen und seine Leistung im Prüfungsfach „Freie Anwendungsformen“ mit Minus bewerten.

(Februar 2002 / Quelle: Prüferlizenz 2002)

15.2. Atemi am Boden (1. bis 3. Dan)

F.: Bei den Prüfungen im Danbereich beginnen die Freien Anwendungsformen im Stand, können jedoch auch am Boden weitergeführt werden. Gelten in dieser Phase dann die gleichen Einschränkungen wie bei der Prüfung zum 4. bzw. 2. Kyu (keine Atemi am Boden usw.)?

A.: Nein, alles, was im Stand erlaubt ist, ist zum 1. bis 3. Dan auch am Boden erlaubt und sollte bei passender Gelegenheit auch gezeigt werden (d.h. jede Ju-Jutsu-Technik in kontrollierter Form außer Ellenbogentechniken zum Kopf).

(Februar 2002 / Quelle: Prüferlizenz 2002)

16. Partnerverhalten

16.1. Bewertung des Partnerverhaltens

F.: Wie wird das Partnerverhalten bewertet?

A.: Mehrere Aspekte spielen eine Rolle: Zum einen das Verhalten als Angreifer / Prüfungspartner: Werden die Angriffe korrekt ausgeführt (dynamisch, richtige Distanz, „prüfungsgerecht“), reagiert der Partner bei Weiterführungs- und Gegentechniken entsprechend, stimmt die Stock- und Messerhaltung. Sollte sich ein Teilnehmer gar nicht als Prüfungspartner zur Verfügung stellen, kann dieser Aspekt nur mit Minus bewertet werden.

Bewertet wird aber auch der Umgang des Prüflings mit seinen Partnern. Übertriebene Härte oder Gefährdung der Gesundheit des Partners, egal, ob in den technischen Aufgaben oder in der Freien SV oder in der Freien Anwendung, führen hier zur Minuswertung!

Mit zunehmender Graduierung wird auch auf die Einhaltung der Budoetikette Wert gelegt.

(November 2005 / Quelle JJ 1x1, TAT, Prüferlizenz)