

Trainingsbegeitende Kyu - Prüfung Beginn:		Ende:
Name, Vorname	Verein	6. Kyu - Grad
<b>PRÜFUNGSFÄCHER</b>	<b>PRÜFUNGSDATUM</b>	<b>UNTERSCHRIFT PRÜFER</b>
<b>Falltechnik (5 Aktionen)</b>		
rückwärts		
seitwärts ( <b>beidseitig</b> )		
Judorolle vorwärts beidseitig mit Liegen-Bleiben <b>oder</b> Aufstehen		
<b>Grundform der Wurftechniken (6 Aktionen) eine der Wurftechniken zur anderen Seite, Empfehlung: Ippon-seoi-nage</b>		
Ippon-Seoi-Nage		
Tai-otoshi		
Ko-uchi-gari		
Ko-soto-gake <b>oder</b> Ko-soto-gari		
De-ashi-barai		
<b>Grundform der Bodentechnik (6 Aktionen)</b>		
Kesa-gatame		
Yoko-shiho-gatame		
Tate-shiho-gatame		
Kami-shiho-gatame		
zwei der oben genannten Haltegriffe in zwei unterschiedlichen Ausführungen		
<b>Anwendungsaufgabe Stand (5 Aktionen)</b>		
Wenn Tori zieht und/ oder zurückgeht wirft Tori mit Ippon-seoi-nage oder Tai-otoshi		
Wenn Uke zieht und/ oder zurückgeht wirft Tori mit Ko-uchi-gari oder De-ashi-barai		
Wenn Uke mit Ippon-seoi-nage, Tai-otoshi und De-ashi-barai angreift, weicht Tori aus oder steigt über		
<b>Anwendungsaufgabe Boden (5 Aktionen)</b>		
O-uchi-gari oder Ko-uchi-gari mit nachfolgendem Haltegriff		
2 unterschiedliche Befreiungsprinzipien aus einem der oben genannten Haltegriffe		
1 Angriff wenn Uke auf dem Rücken liegt (Tori zwischen Ukes Beinen im Stand oder auf den Knien)		
1 Angriff aus der eigenen Rückenlage (Uke zwischen Toris Beinen) mit Haltegriff abschließen		
<b>Randori (3 - 5 Randori a` 2 min.)</b>		
Im Standrandori die erlernten Würfe kontrolliert werfen und bei Wurfversuchen sich durch Ausweichen verteidigen		
Im Bodenrandori nachweisen, dass man einen sich ernsthaft verteidigenden Partner mit Haltegriffen kontrollieren kann		
<b>Theorie (Judolexikon)</b>		
neue japanische Begriffe		

KYU-PRÜFERSTEMPEL