



Lehrgang zur

# Kyu-Prüferlizenz

12.03.2023 | MAINTAL

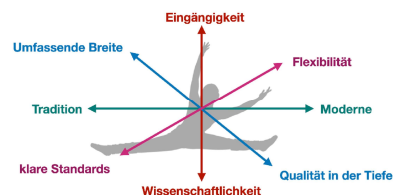
1

## Herausforderung: Reform des Graduierungssystems



*Wenn der Wind  
der Veränderung  
weht, bauen die  
einen Mauern und  
die anderen  
Windmühlen.*

### Reform des Graduierungssystems für ~~Dan~~ <sup>Kyu</sup>grade



Arbeitsgruppe: Ralf Lippmann (DJB Ltg.), Andreas Kleegräfe (DJB), Sebastian Frey (DJB), Sven Keidel (BY), Frank Nitzel (SN), Jan Schröder (BB), Wolfgang Dax-Romswinkel (NRW)

2

## Agreements



Wenn ich mich verspreche und sage „Prüfungsordnung“  
meine ich Graduierungssystem !

Wettkampfregeln ? (kenne ich kaum)

Kritik am neuen Graduierungssystems: **Bitte in den Pausen**

### Zwischenfragen, sehr gerne !

Thema auch für den Referenten NEU !  
Auf nicht alle Fragen gibt es eine Antwort ...

In Gruppen

**Lasst uns das Thema gemeinsam erarbeiten !**

3

## Themen & Ablauf



### Allgemeines

1. Was hat sich der DJB dabei gedacht ?
2. Wie kann man sich informieren ?
3. NEU (Exkurs):  
Der 6. Dan als Prüfung
4. NEU:  
8. Kyu ist Marketing
5. **Praxisaufgabe**
6. Grundsätzliches

### Nage-waza

7. Breite & Tiefe
8. Haupt- & Nebenseite
9. **Praxisaufgabe**
10. Kata: 7. bis 4. Kyu
11. **Praxisaufgabe**
12. Kata: 3. bis 1. Kyu
13. **Praxisaufgabe**
14. Individuelle  
Schwerpunkte

### Ne-waza

15. 7.-1. Kyu
16. Sode-guruma-jime  
als Musterlösung
17. **Praxisaufgabe Techniken**
18. **Praxisaufgabe Lösungen**

4

## Warum neues Graduierungssystem ?



1. Anpassung an die **Entwicklung der judospezifischen Trainingslehre**
2. **Herausforderne Situation im Verband**
3. Anpassung an **internationale Standards**

### Kyu-Grade:

vorl. inkraft seit **01.07.2022**  
Übergangszeit bis 31.12.2023

### Dan-Grade (auch zum 6. Dan):

vorl. inkraft ab **01.07.2023**  
Beschluss zum 6. Dan: 05.11.2022

5

## Herausfordernde Situation



### Aktuelle Herausforderungen im deutschen Judo



DJB:

**Es fehlt an Mitgliedern**




**Beiträge des Graduierungswesens gesucht**

6



# Beiträge des Graduierungswesens



**Vier Herausforderungen - und die Beiträge des Graduierungswesens**

**Mehr Menschen erreichen**

- „neue 8. Kyu“ als Instrument der Mitgliedergewinnung

**Besser ausbilden**

- Wiederholungen zur Festigung
- Integration des Nachwuchsleistungskonzepts
- Definition von Niveaustufen

**Länger im System halten**

- Flexibilität für alle Beteiligten
- individuelle Schwerpunkte durch Wahlbereiche
- Herausforderungen und Ziele auch nach Jahrzehnten eigenen Judotreibens

**Engagement wertschätzen**

- Direkte Anerkennung von Trainer/KR-Lizenzen für Graduierungen
- Würdigung von nachhaltigem Engagement auch im Verein

**Mitglieder ...**

**... werben**

- 8. Kyu

**... binden**

- Flexibilität (Kompetenz)
- individuelle Schwerpunkte

• anhaltende Herausforderung

• Engagement würdigen

21.03.2023

© SVEN DEEG


7

7

# Graduierung System

ersetzt  
ersetzt

# Prüfung Ordnung



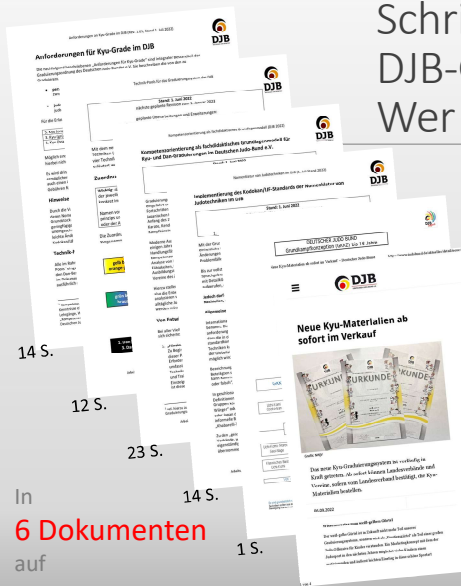
alt:		neu:
Kyu-/Dan-Prüfungsordnung	➔	Graduierungssystem
<b>Kyu-Prüfungsordnung</b> 8. bis 1. Kyu <b>Dan-Prüfungsordnung</b> 1. bis 5. Dan		<b>EIN System</b> <b>für Kyu- und Dan-Grade</b> (⚡) 7. Kyu bis 6. (!) Dan
Kyu: bis 31.12.2023 Dan: bis ?		Kyu: ab 01.07.2022 Dan: ab 01.07.2023

21.03.2023

© SVEN DEEG


8

8



In  
6 Dokumenten  
auf  
67 Seiten!


## Schriftliches zum neuen DJB-Graduierungssystem: Wer lange sucht, wird auch finden ...

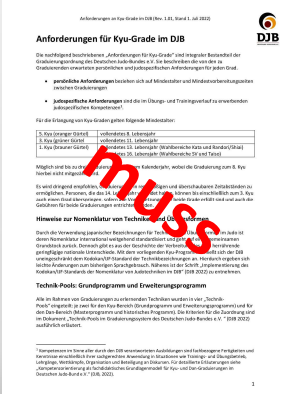


- **Kompetenzorientierung als didaktisches Grundmodell für Kyu- und Dan-Graduierungen**  
Ausbildungskonzeption zielt auf Handlungskompetenz: Handlungsfähigkeit in typischen Situationen
- **Anforderungen für Kyu-Grade**  
Beschrieben werden die persönlichen und judospezifischen Anforderungen für jeden Grad
- **Neue Kyu-Materialien ab sofort im Verkauf**  
Wesentliches zur Handhabung des „neuen“ 8. Kyu
- **Implementierung des Kōdōkan/IJF-Standards der Nomenklatur von Judo Techniken**  
Bereinigung und Änderungen zur einer zukünftig einheitlichen Nomenklatur
- **Technikpools für das Graduierungssystem**  
Kriterien der Einteilung aller offiziell vom Kōdōkan/IJF benannten Techniken in die vier Technik-Pools des Graduierungssystems
- **DJB-Grundkampfkonzepktion (GKKZ)**  
Allgemeine Grundtechniken

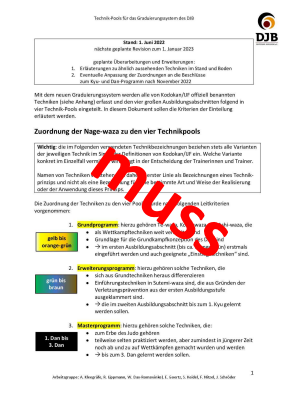
21.03.2023
© SVEN DEEG
9

# Was muss/sollte man sich erarbeiten ?

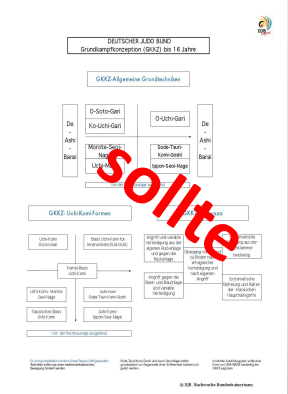




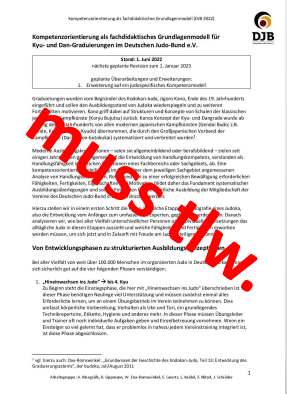
Anforderungen



Technikpools



Grundkampfkonzepktion



Kompetenzorientierung

muss/sollte

muss/sollte

21.03.2023
© SVEN DEEG
10

# Exkurs:

## 6. Dan durch Prüfung



Nachweis der **Sportpraxis durch Prüfung !**

Antrag an die MV: künftig zwei Wege zum 6. Dan

**Wie bisher:** Graduierung aufgrund besonderer Leistungen in **2 von 6 Feldern:**

- Trainertätigkeit,
- Lehrtätigkeit,
- Kampfrichtertätigkeit,
- Behindertensportfunktion,
- eigene Sportpraxis,
- Verbandstätigkeit

**NEU:** Graduierung aufgrund besonderer Leistungen in **1 von 5 Feldern plus Prüfung**

- Trainertätigkeit,
- Lehrtätigkeit,
- Kampfrichtertätigkeit,
- Behindertensportfunktion,
- Verbandstätigkeit
- **Nachweis der eigenen Sportpraxis wird durch Prüfung ermöglicht**



**Anforderungen (Entwurf)**

- Vertiefte praktische und theoretische Kompetenzen zu allen 100 offiziellen Techniken von Kodokan/IJF
- öffentliche Demonstration einer Kata auf Niveaustufe 3 („75%-Niveau“) bei einem nationalen oder internationalen Event
- Veröffentlichung einer Arbeit zur Weiterentwicklung der Theorie des Judo oder

Präsentation und Veröffentlichung eines selbst durchgeführten Projekts zur nachhaltigen Entwicklung des Judo auf lokaler, regionaler, nationaler oder internationaler Ebene



# 8. Kyu

## weiß-gelber Gürtel

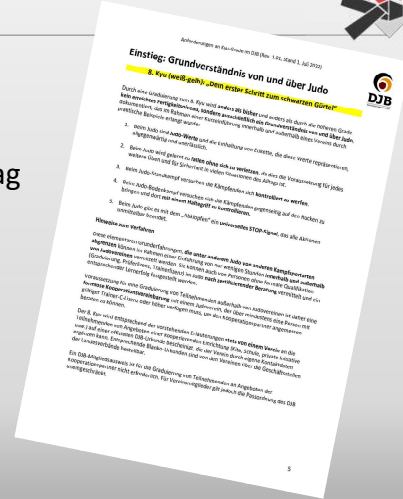


# 8. Kyu der „Einstiegsgürtel“



- **Nicht mehr Teil des Graduierungssystems !**  
Lediglich „Marketing-Instrument“
- außerhalb Verein: „Schnupperkurs“ an einem Tag  
innerhalb Verein: nach Probetraining
- kein Mindestalter mehr (auch für 6. und 7. Kyu)
- **dennoch Nachweis im Pass**  
(durch Nummerncode nicht durch Prüfungsmarke)

Konsequenz:  
Kein Startrecht für den neuen 8. Kyu mehr auf Wettkämpfen



# 8. Kyu - Verfahren



- Vermittlung **elementarer Grunderfahrungen**  
(in wenigen Stunden)
- Vermittlung und Vergabe durch sachkundige Person **ohne formale Qualifikation**
- **Innerhalb und außerhalb des Vereins**
- „zertifizierte“ Beratung durch **Trainer-C des Vereins** mit **Kooperationsvereinbarung**

**Fazit:**

- Angebot im Verein UND durch kooperierende Einrichtungen
- aber 8. Kyu wird stets vom Verein bescheinigt
- Bescheinigung über „offizielle“ DJB-Urkunde
- außerhalb des Vereins: kein Pass erforderlich
- **Kyu-Prüfer:**  
**NICHT mehr für den 8. Kyu zuständig !**



# 8. Kyu - Formalitäten

**CODE IN DEN JUDO-PASS EINTRAGEN**

**TO DO**

- Urkunden-Code in den Pass eintragen
- Passnummer und Urkunden-Code in die Prüfungsliste eintragen
- Urkunde und Pass mit Kyu-Prüfer-Stempel bestätigen

Quelle:  
Der Budoka 10/2022;  
NWDK / NWJV

**Auch zukünftig ist der 8. Kyu im Pass einzutragen !**

**Die Prüfungsmarke wird durch den Urkundencode ersetzt.**

Aufgabe I:  
8. Kyu

## Entwicklung eines Konzeptes zur Vergabe des 8. Kyu

**Gruppe 1**  
Kindergarten, Schule  
U7  
Anlass ?  
Qualifikationsziel ?

**Gruppe 2**  
Schule  
U11  
Anlass ?  
Qualifikationsziel ?

**Gruppe 3**  
Schule  
U18  
Anlass ?  
Qualifikationsziel ?

**Gruppe 4**  
Verein  
U18  
Probetraining  
Qualifikationsziel ?

**Gruppe 5**  
Verein  
Ü18  
Probetraining  
Qualifikationsziel ?





## Was muss ein 8. Kyu wissen ?

1. Beim Judo sind **Judo-Werte** und die Einhaltung von Etikette, die diese Werte repräsentieren, **allgegenwärtig und unerlässlich**.
2. Beim Judo wird gelernt zu **fallen ohne sich zu verletzen**, da dies die Voraussetzung für jedes weitere Üben und für Sicherheit in vielen Situationen des Alltags ist.
3. Beim **Judo-Standkampf** versuchen die Kämpfenden sich **kontrolliert zu werfen**.
4. Beim **Judo-Bodenkampf** versuchen sich die Kämpfenden gegenseitig **auf den Rücken zu bringen** und dort mit einem Haltegriff zu **kontrollieren**.
5. Beim Judo gibt es mit dem „Abklopfen“ ein **universelles STOP-Signal**, das alle Aktionen unmittelbar beendet.



## Allgemein

### Anforderung für Kyu-Grade

- **persönliche**
- fachliche

#### Persönliche Anforderungen:

##### **Mindestalter**

7. und 6. Kyu	kein Mindestalter
5. Kyu (orange)	8 Jahre
3. Kyu (grün)	11 Jahre
1. Kyu (braun)	13 / 16 (SV, Taiso) Jahre

##### **Vorbereitungszeit**

bis zu 3 Graduierungen / Kalenderjahr  
ab 14 Jahren und bis 3. Kyu überspringen \* möglich

Zwar nur theoretisch aber möglich (!):  
? Ab 14 Jahren in zwei Monaten von orange auf braun ?

\* EINES Kyu-Grades

## Fachliche Anforderungen

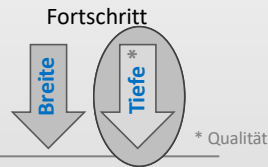
# Niveaustufen – Fertigkeiten - Kenntnisse



Graduierungssystem in  
**4 Niveaustufen**

bis 4. Kyu  
3. bis 1. Kyu

1. bis 3. Dan  
ab 4. Dan



NEU:  
**Fortschritt in Qualität**  
als Graduierungskriterium

## Fertigkeiten & Kenntnisse

im Kyu-Niveau

- Kata
- Randori

- Wissen
- Selbständigkeit
- Sozialkompetenz

NEU:  
**Voraussetzung**  
für die Graduierung !!!

Die Bereiche **Wissen, Selbständigkeit und Sozialkompetenz** („personale Kompetenzen“) sind Teil der Ausbildung und **voraussetzende Kriterien für Graduierungen**, jedoch nicht Gegenstand von herkömmlichen Prüfungen

# 7. bis 1. Kyu


## Nage-waza

### FACHLICHE KOMPETENZEN









# Nage-waza

## Einstiegs- und Erweiterungsniveau



# Breite !

		Te-w.	Koshi-w.	Ashi-w.	Ma-sutemi	Yoko-sutemi	
16	Einstieg (GKKZ)	   	Seoi-nage* Ippon-s.-nage* Tai-otoshi	O-goshi Uki-goshi Koshi-guruma Tsurik.-goshi Sode-tsk.-goshi* Harai-goshi	De-ashi-barai* Sasae-tsk.-ashi O-soto-gari* O-uchi-gari* Ko-uchi-gari* Ko-soto-gari (Ko-soto-gake) Uchi-mata*		
12	Erweiterung	 	Kata-guruma Uki-otoshi	Tsuru-goshi Utsuri-goshi	Okuri-ashi-b. Ashi-guruma	Tomoe-nage Sumi-gaeshi Ura-nage	Ko-uchi-makikomi Tani-otoshi Soto-makikomi

**Ähnliche und verwandte Techniken**  
 Es werden zwar **konkrete Techniken benannt**, diese können jedoch **durch eine ähnliche bzw. verwandte Technik ersetzt werden** \*.


\* Beispiele sind unter anderem: Ko-soto-gari/Ko-soto-gake, Sasae-tsurikomi-ashi/Hiza-guruma, O-goshi/Tsurigoshi usw.

\* Technikbeispiele der GKKZ

21.03.2023
© SVEN DEEG
21

21

# Tiefe !



DEUTSCHER JUDO BUND  
Grundkampfkonzepktion (GKKZ) bis 16 Jahre

GKKZ-Allgemeine Grundtechniken

De - Ashi - Barai	O-Soto-Gari Ko-Uchi-Gari		O-Uchi-Gari	De - Ashi - Barai
	Morote-Seoi-Nage Uchi-Mata	↓	Sode-Tsuru-Komi-Goshi Ippon-Seoi-Nage	

Von der Rechtsauslage ausgehend

**Würfe zur Gegenseite / Hauptseite**

Bezogen auf die Rechtsauslage !

**Hauptseite:**  
Tori greift / steht in rechter Auslage und wirft Uke in Richtung dessen rechter Seite.

**Gegenseite:**  
Tori greift / steht in rechter Auslage und wirft Uke in Richtung dessen linker Seite.

**Bereits im Grundprogramm wird eine Synchronisierung der Kyu-Ausbildung mit dem Nachwuchsleistungskonzept \* des DJB vollzogen !**

\* Grundkampfkonzepktion

21.03.2023
© SVEN DEEG
22

22

Aufgabe II:  
Nage-Waza  
Grundprogramm

**Füllt die vier Container der GKKZ mit geeigneten Würfeln des Kyu-Programms auf**

je Box 2 Beispiele, es können auch „Varianten“ einbezogen werden !

21.03.2023

Grundkampfkonzeption (GKKZ)

seitwärts Hauptseite	rückwärts Hauptseite	rückwärts Gegenseite	seitwärts Gegenseite
seitwärts Hauptseite	vorwärts Hauptseite	vorwärts Gegenseite	seitwärts Gegenseite

**Einstiegstechniken**

Seoi-nage	De-ashi-barai
Ippon-s.-nage	Sasae-tsk.-ashi
Tai-otoshi	O-soto-gari
O-goshi	O-uchi-gari
Uki-goshi	Ko-uchi-gari
Koshi-guruma	Ko-soto-gari
Tsurik.-goshi	(Ko-soto-gake)
Sode-tsk.-goshi	Uchi-mata
Harai-goshi	

gelb bis orange-grün

**Erweiterungstechniken**

Kata-guruma	Tomoe-nage
Uki-otoshi	Sumi-gaeshi
Tsuri-goshi	Ura-nage
Utsuri-goshi	Ko-uchi-makikomi
Okuri-ashi-b.	Tani-otoshi
Ashi-guruma	Soto-makikomi

grün bis braun

23

# Breite !

## Nage-waza

Einstiegs- und Erweiterungsniveau

		Te-w.	Koshi-w.	Ashi-w.	Ma-sutemi	Yoko-sutemi
16	Einstieg (GKKZ)	 Seoi-nage* Ippon-s.-nage* Tai-otoshi	O-goshi Uki-goshi Koshi-guruma Tsurik.-goshi Sode-tsk.-goshi* Harai-goshi	De-ashi-barai* Sasae-tsk.-ashi O-soto-gari* O-uchi-gari* Ko-uchi-gari* Ko-soto-gari (Ko-soto-gake) Uchi-mata*		
12	Erweiterung	 Kata-guruma Uki-otoshi	Tsuri-goshi Utsuri-goshi	Okuri-ashi-b. Ashi-guruma	Tomoe-nage Sumi-gaeshi Ura-nage	Ko-uchi-makikomi Tani-otoshi Soto-makikomi

\* Technikbeispiele der GKKZ

Ähnliche und verwandte Techniken  
Es werden zwar konkrete Techniken benannt, diese können jedoch durch eine ähnliche bzw. verwandte Technik ersetzt werden\*.  
  
\* Beispiele sind unter anderem: Ko-soto-gari/Ko-soto-gake, Sasae-tsurikomi-ashi/Hiza-guruma, O-goshi/Tsurigoshi usw.

24

# DJB-Graduierungssystem - Anforderungen Kata



	Niveaustufe I (4. Kyu)	Niveaustufe II (3.-1. Kyu)
<b>Grundprogramm</b>	Führt <b>zweiphasige Interaktionsketten</b> in <b>mäßigem Tempo in Grobform</b> aus	Führt <b>zweiphasige Interaktionsketten</b> in <b>flüssigem Tempo in verfeinerter Form</b> aus
<b>Erweiterungsprogramm</b>		Führt <b>zweiphasige Interaktionsketten</b> in <b>mäßigem Tempo in Grobform</b> aus

**Kata: !**  
Lösung einer geschlossenen Situation

**zweiphasig:**  
Tori reagiert auf eine Aktion Ukes im Sinne von „wenn -> dann“

**Grobform - verfeinerter Form**

25

# Nage-waza 7. bis 4. Kyu

# Breite !



<p>7. Kyu </p> <p>Ukemi („Zentrum der Ausbildung“)</p> <p><b>3 Wurftechniken:</b> 1 Eindreht. Hauptseite 1 Eindreht. Gegenseite 1 Fußtechnik</p>	<p>6. Kyu </p> <p>Ukemi</p> <p><b>6 Wurftechniken:</b> 2 Eindreht. Hauptseite 2 Eindreht. Gegenseite 2 Fußtechnik</p>	<p>5. Kyu </p> <p>Ukemi</p> <p><b>9 Wurftechniken:</b> 3 Eindreht. Hauptseite 3 Eindreht. Gegenseite 3 Fußtechnik</p>	<p>4. Kyu </p> <p>Ukemi</p> <p><b>12 Wurftechniken:</b> O-soto-gari Harai-goshi Uchi-mata 3 Eindreht. Hauptseite 3 Eindreht. Gegenseite</p>
---	--	---	--

Stets in **zweiphasige Interaktionsketten**  
in **mäßigem Tempo**  
in **Grobform**

26

# Anwendungssituationen

= Situation die es zu lösen gilt

# Tiefe !



Interaktion	Griffkonstellation	Extreme Körperhaltung	vorausg. Wurfaktion
<b>Tori</b> <b>Uke</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ist unaufmerksam und <b>tut nichts</b></li> <li>• <b>folgt ohne Gegenwehr</b></li> <li>• <b>folgt mit Widerstand</b></li> <li>• bewegt sich in eine Richtung und <b>versucht Tori</b> mit in diese Richtung zu <b>führen</b></li> <li>• <b>reagiert</b> auf Toris Versuche, ihn in eine Richtung zu drängen, <b>mit starker Gegenreaktion</b></li> </ul>	<b>Tori</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Ai-yotsu</b></li> <li>• <b>Kenka-yotsu</b></li> <li>• setzt eine <b>Griffkonstellation</b> gegen Ukes Verteidigung durch</li> </ul> <b>Uke</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Sperrende Arme</b> von Uke</li> <li>• <b>Uke greift</b> mit einer <b>unorthodoxen Griffart</b></li> </ul>	<b>Tori</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>zwingt Uke</b> in eine extreme Körperhaltung</li> </ul> <b>Uke</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• in <b>extremer Auslage</b> mit <b>Ai-yotsu</b></li> <li>• in <b>extremer Auslage</b> mit <b>Kenka-yotsu</b></li> <li>• <b>steht tief abgebeugt</b> und ggf. in Auslage</li> </ul>	<b>Tori</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>geplanter Angriff ?</b></li> </ul> <b>Uke</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• greift mit einer Wurftechnik an, <b>Tori kontert</b></li> <li>• verteidigt gegen einen Wurfansatz von Tori, <b>Tori kombiniert</b></li> <li>• reagiert auf eine <b>Finte</b> Toris, Toris nutzt die Reaktion zu einem vorher geplanten Angriff</li> </ul>

27

Aufgabe III:  
7. bis 1. Kyu

Wie unterrichtet Ihr die Würfe in sinnvollen zweiphasigen Interaktionsketten

aus möglichst unterschiedlichen Anwendungssituationen (Interaktionen)

### Gruppe 1, 2

O-soto-gari  
 1 Eindreht. Hauptseite  
 1 Eindreht. Gegenseite (jeweils Te-waza)  
 1 Sutemi-waza

Seoi-nage  
 Ippon-s.-nage  
 Tai-otoshi  
 Kata-guruma  
 Uki-otoshi  
 Tomoe-nage  
 Soto-makikomi

### Gruppe 3, 4

Harai-goshi  
 1 Eindreht. Hauptseite  
 1 Eindreht. Gegenseite (Te- oder Koshi-waza)  
 1 Sutemi-waza

De-ashi-barai  
 Sasae-tsurikomi-ashi  
 O-soto-gari  
 O-uchi-gari  
 Ko-uchi-gari  
 Ko-soto-gari (Ko-soto-gake)  
 Uchi-mata  
 Okuri-ashi-barai  
 Ashi-guruma  
 Ko-uchi-makikomi  
 Sumi-gaeshi

### Gruppe 5

Uchi-mata  
 1 Eindreht. Hauptseite  
 1 Eindreht. Gegenseite (jeweils Koshi-waza)  
 1 Sutemi-waza

O-goshi  
 Uki-goshi  
 Koshi-guruma  
 Tsurik.-goshi  
 Sode-tsurikomi-goshi  
 Harai-goshi  
 Tsuru-goshi  
 Utsuri-goshi  
 Tani-otoshi  
 Ura-nage

28

# Nage-waza

## 3. bis 1. Kyu

# Tiefe !



### 3. Kyu

Ukemi  
Partnerverhalten

#### 15 Wurftechniken:

12 Grundprogramm  
3 Erweiterungsprogramm  
1 Tomoe-nage (Variante)  
1 Tani-otoshi (Variante)  
1 Konter  
1 Finte  
1 Kombination

### 2. Kyu

Ukemi  
Partnerverhalten

#### 18 Wurftechniken:

12 Grundprogramm  
6 Erweiterungsprogramm  
1 Sumi-gaeshi (Variante)  
1 Soto-makiko. (Variante)  
1 Konter  
1 Finte  
1 Kombination  
1 Kumi-k. Ai-yotsu  
1 Kumi-k. Kenka-yotsu  
(jeweils mit Wurf)

### 1. Kyu

Ukemi  
Partnerverhalten

#### 20 Wurftechniken:

12 Grundprogramm  
9 Erweiterungsprogramm  
1 Ura-nage (Variante)  
1 Ko-uchi-makiko. (V.)  
2 Konter  
2 Finte  
2 Kombination

#### Partnerverhalten:

- Herstellung der Ausgangssituation

#### Wurftechniken:

- stets zweiphasige Interaktionsketten !

Aufgabe IV:  
3. bis 1. Kyu

## Beispiele für die Anforderungen: Kumi-kata und Finten

Anleitungen aus dem  
Kreis der Teilnehmer

#### Alle

- **Grifferarbeitung** (einschl. Griff lösen) und mit **Wurf** abschließen aus **Ai-yotsu** und in **Kenka-yotsu**
- **Finte** „aus dem Programm des DJB“

## Nur 1. Kyu: Individueller Schwerpunkt



### ca. 10 technische Aktionen, alternativ:

- Vorstellung der eigenen **individuellen Kampfkonzepktion** (Stand und Boden)
- Demonstration einer Zusammenstellung von Aktionen aus den **Kata des Dan-Programms** nach Wahl
- **Selbstverteidigung** (ab vollendetem 16. Lebensjahr)
- **Taiso** mit technischen Inhalten des Judo (ab vollendetem 16. Lebensjahr)

## 7. bis 1. Kyu Ne-waza

### FACHLICHE KOMPETENZEN





# Ne-waza

## Einstiegs- und Erweiterungsniveau

Breite !



		Osae	Kansetsu	Shime
9	Einstieg			
		   	Kuzure-kesa-gatame Kesa-gatame Yoko-shiho-gatame Kami-shiho-gatame Tate-shiho-gatame	Juji-gatame Ude-garami
17	Erweiterung			
		 	Ushiro-kesa-gatame Uki-gatame Kata-gatame Kuzure-kami-shh.-gat. Ura-gatame	Waki-gatame Ude-gatame Hiza-gatame, Sankaku-gatame

**NEU**

- auf Altersgruppen wurde verzichtet
- Würgen bei Kindern erlaubt

# Ne-waza

## 7. bis 4. Kyu



<p>7. Kyu </p> <p><b>4 Halte-Techniken:</b>                      Kesa-gatame                      Tate-shiho-gatame                      Yoko-shiho-gatame                      Kami-shiho-gatame</p> <p><b>2 Haltegriffswechsel:</b>                      Ukes Befreiungsversuche</p> <p><b>1 Standardsituation:</b>                      1 Übergang Stand-Boden</p>	<p>6. Kyu </p> <p><b>4 Halte-Techniken:</b>                      4 weitere (Varianten)</p> <p><b>3 Haltegriffswechsel:</b>                      Ukes Befreiungsversuche</p> <p><b>2 Standardsituationen:</b>                      Wh. 7. Kyu Übergang                      1 weiterer Übergang                      2 Bauchlage zum Halten</p>	<p>5. Kyu </p> <p><b>4 Befreiungen Haltegriff:</b>                      1 Bauch drehen                      1 ein Bein klammern                      1 zwischen Beine nehm.                      1 Brücke überrollen</p> <p><b>4 Standardsituationen:</b>                      Wh. 7.-6. Kyu                      1 Lösen Beinklammer                      1 Angriff gegen die Bank</p>	<p>4. Kyu </p> <p><b>3 Hebel-Techniken:</b>                      Juji-gatame                      Ude-garami                      1 freie Wahl ?</p> <p><b>6 Standardsituationen:</b>                      Wh. 7.-5. Kyu                      1 Angriff aus Rückenlage                      1 Angr. aus Rückenlage</p>
---	--	---	--

**Techniken aus dem Einstiegs-/Grundprogramm**

# Ne-waza

## 3. bis 1. Kyu



3. Kyu 

### 4 Hebel:

2 frei wählbar  
Hiza-gatame  
Sankaku-gatame

### 7 DJB-Musterlösungen ?

Wh. 7.-4- Kyu  
1 Positionswechsel  
Verteidigung-Angriff

2. Kyu 

### 3 Würge-Techniken:

1 frei wählbar  
Gyaku-juji-jime  
Okuri-eri-jime (Koshi-ji.)

### 8 DJB-Musterlösungen ?

Wh. 7.-4- Kyu  
2 Positionswechsel  
Verteidigung-Angriff

Würgetechniken werden unab-  
hängig vom Alter verbindlich

1. Kyu 

### 4 Würge-Techniken:

2 frei wählbar  
Sode-guruma-jime  
Okuri-eri-jime (Rollw.)

### 11 DJB-Musterlösung. ?

Wh. 7.-4- Kyu  
1 Übergang aus Ai-yotsu  
1 Übergang aus Kenka-y.  
3 Positionswechsel  
Verteidigung-Angriff

### Positionswechsel am Boden:

= Übergang von einer  
Standardsituation in eine  
andere. Keine angesetzte  
Technik !

## Techniken aus dem Erweiterungsprogramm

# Demo



# Sode-guruma-jime

Aufgabe V:  
8. bis 1. Kyu

**Zu welchen Techniken gibt es Klärungsbedarf ?**

**Demonstrieren ausgewählter Techniken**

21.03.2023

© SHINJIRO

37

**\* Techniken mit Eigennamen**

**Kanzetsu-waza**  
Juji-gatame  
Ude-garami  
Waki-gatame  
Ude-gatame  
Hiza-gatame\*  
Sankaku-gatame\*

**Katame-waza**  
Kuzure-kesa-gatame  
Kesa-gatame  
Yoko-shiho-gatame  
Kami-shiho-gatame  
Tate-shiho-gatame;  
Ushiro-kesa-gatame\*  
Uki-gatame\*  
Kata-gatame  
Kuzure-kami-shiho-gatame\*  
Ura-gatame\*

**Jime-waza**  
Gyaku-juji-jime  
Okuri-eri-jime (**Koshi-jime\***)  
Okuri-eri-jime (Rolle)  
Katate-jime  
Kataha-jime  
Hadaka-jime  
Sode-guruma-jime\*  
Sankaku-jime\*  
Tsukkomi-jime\*

37

Aufgabe VI:  
8. bis 1. Kyu

**Erarbeitet Lösungen zu ausgewählten Aufgaben**

21.03.2023

© SHINJIRO

38

**Befreiungen aus Haltegriff**  
zwischen beide Beine nehmen

**Übergänge Stand-Boden**  
aus Ai-yotsu  
aus Kenka-yotsu

**DJB-Musterlösung ???**  
Positionswechsel

38

以上です



**Vielen Dank für die Mitarbeit !  
Der HJV wünscht eine gute  
Heimfahrt !**