

Prüfungsfächer 3. Dan (Schwarzgurt)		
1	Falltechniken	Zu dieser Graduierung wird dieses Prüfungsfach nicht geprüft.
2	Bodentechniken	2.1. Übergang vom Stand zum Boden mit abschließender Kontrolltechnik (2 Ausführungen)
3	Abwehrtechniken	Zu dieser Graduierung wird dieses Prüfungsfach nicht geprüft.
4	Atemitechniken	4.1. Atemitechniken nach Wahl des Prüflings (8 Ausführungen) 4.1.1. mind. 2 aus dem Bereich Hand/Faust 4.1.2. mind. 2 aus dem Bereich Knie/Fuß 4.1.3. mind. 2 aus dem Bereich Ellenbogen
5	Würge- / Nervendrucktechniken	5.1. Würgetechnik mit sonstigen Hilfsmitteln (2 Ausführungen)
6	Hebeltechniken	6.1. Armhebel im Stand (3 Ausführungen) 6.2. Armhebel am Boden (3 Ausführungen) 6.3. Handgelenkhebel (3 Ausführungen) 6.4. Fingerhebel (2 Ausführungen) 6.5. Beinhebel (2 Ausführungen) 6.6. Genickhebel (2 Ausführungen)
7	Wurftechniken	7.1. Fünf Würfe nach Wahl des Prüflings. Maximal zwei aus dem Kyu Bereich. Mindestens ein Selbstfallwurf.
8	Stockabwehr /-anwendung	8.1. Sechs weitergeführte Verteidigungshandlungen nach Stockabwehr.
9	Messerabwehr	9.1. Messerabwehr (5 Ausführungen) 9.1.1. mind. 1 aus dem Bereich Winkel 1 bis 5 9.1.2. mind. 1 aus dem Bereich Messer in Dolchhaltung 9.1.3. mind. 1 aus dem Bereich Messer in der Nahdistanz
10	Weiterführungstechniken	10.1. Weiterführung von Hebeltechniken (4 Ausführungen) 10.2. Weiterführung von Wurftechniken (4 Ausführungen) 10.3. Weiterführung von Würgetechniken (3 Ausführungen)
11	Gegentechniken	11.1. Gegentechniken gegen Hebeltechniken (4 Ausführungen) 11.2. Gegentechniken gegen Wurftechniken aus der Bewegung (4 Ausführungen)
12	Freie Selbstverteidigung	12.1. Verteidigung gegen zwei Angreifer 12.1.1. 6-12 angesagte Angriffe aus dem Bereich Stock sowie Angriffe mit und ohne Kontakt 12.1.2. 6-12 freie Angriffe aus dem Bereich Stock sowie Angriffe mit und ohne Kontakt
13	Anwendungsformen	13.1. Selbstgewählte Darstellung von Ju-Jutsu-Techniken als freie Darstellung; Mindestens 20 Techniken sind als Verkettung in maximal 4 Kombinationen zu zeigen. oder 13.2. Freie Auseinandersetzung mit Ju-Jutsu-Techniken
14	Bewegungsformen	Zu dieser Graduierung wird dieses Prüfungsfach nicht geprüft.
15	Kombinationen / Vielfältigkeit	Sinnvolle Technikkombinationen während der gesamten Prüfung.
16	Angriffs- / Partnerverhalten	Verhalten als Prüfling wie auch als Partner während der gesamten Prüfung.

Stand 27.02.2023