

Prüfungsfächer 4. Dan (Schwarzgurt)		
1	Falltechniken	Zu dieser Graduierung wird dieses Prüfungsfach nicht geprüft.
2	Bodentechniken	2.1. Übergang vom Stand zum Boden mit abschließender Kontrolltechnik (4 Ausführungen)
3	Abwehrtechniken	Zu dieser Graduierung wird dieses Prüfungsfach nicht geprüft.
4	Atemitechniken	4.1. Atemitechniken nach Wahl des Prüflings (10 Ausführungen) mind. 3 Techniken aus dem Bereich Hand/Faust mind. 3 Techniken aus dem Bereich Knie/Fuß mind. 3 Techniken aus dem Bereich Ellenbogen
5	Würge- / Nervendrucktechniken	5.1. Nervendrucktechnik (6 Ausführungen) 5.2. Würgetechnik (6 Ausführungen)
6	Hebeltechniken	6.1. Armhebel im Stand (4 Ausführungen) 6.2. Armhebel am Boden (4 Ausführungen) 6.3. Handgelenkhebel (4 Ausführungen) 6.4. Fingerhebel (3 Ausführungen) 6.5. Beinhebel (3 Ausführungen)
7	Wurftechniken	7.1. Sechs Würfe nach Wahl des Prüflings. Maximal drei aus dem Kyu Bereich. Mindestens zwei Selbstfallwürfe.
8	Stockabwehr /-anwendung	8.1. Verteidigungshandlung mit dem Stock gegen Angriffswinkel 1 bis 6
9	Messerabwehr	9.1. Messerabwehr (5 Ausführungen). Angesagte Angriffe.
10	Weiterführungstechniken	10.1. Weiterführung von Ju-Jutsu-Techniken (3x2 Ausführungen)
11	Gegentechniken	11.1. Gegentechniken gegen Ju-Jutsu-Techniken (3x2 Ausführungen)
12	Freie Selbstverteidigung	12.1. Verteidigung gegen zwei Angreifer 12.1.1. 9-15 angesagte Angriffe aus dem Bereich Stock sowie Angriffe mit und ohne Kontakt 12.1.2. 9-15 freie Angriffe aus dem Bereich Stock sowie Angriffe mit und ohne Kontakt
13	Anwendungsformen	13.1. Traditionelle Kata oder 13.2. Selbstgewählte Darstellung von mind. 20 Ju-Jutsu-Techniken in Kata-ähnlicher Form.
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