



Gruppe	Kategorie	Wurftechnik	8. Kyu	7. Kyu	6. Kyu	5. Kyu	4. Kyu	3. Kyu	2. Kyu	1. Kyu
Nage-waza & Shiai/Randori	Vorgegebene Anzahl	Techniken insgesamt	(1)	3	6	9	12	15	18	20
		Eindrehtechniken Hauptseite	(1)	1	2	3	mind. 3	# ¹	# ¹	# ¹
		Eindrehtechniken Gegenseite		1	2	3	mind. 3	# ¹	# ¹	# ¹
		Fußtechniken (Ashi-waza)		1	2	3	# ¹	# ¹	# ¹	# ¹
		Techniken Erweiterungsprog. Komplex						mind. 3	mind. 6	mind. 9
								3	5	6
	Te-waza (5)	Grundprogramm (3)		x	x	x	x	x	x	x
		Ippon-seoi-nage		x	x	x	x	x	x	x
		Tai-otoshi		x	x	x	x	x	x	x
		Erweiterungsprog. (2)						x	x	x
	Koshi-waza (8)	Grundprogramm (6)						x	x	x
		O-goshi	x	x	x	x	x	x	x	x
		Uki-goshi	x	x	x	x	x	x	x	x
		Koshi-guruma				x	x	x	x	x
		Tsurikomi-goshi				x	x	x	x	x
		Sode-tsurikomi-goshi				x	x	x	x	x
		Harei-goshi				x	Pflicht	x	x	x
		Erweiterungsprog. (2)						x	x	x
	Ashi-waza (9)	Grundprogramm (7)						x	x	x
		De-ashi-barei	x	x	x	x	x	x	x	x
		O-soto-gari	x ²	x	x	x	Pflicht	x	x	x
		O-uchi-gari	x		x	x	x	x	x	x
		Ko-uchi-gari				x	x	x	x	x
		Sasae-tsurikomi-ashi				x	x	x	x	x
		Uchi-mata				x	Pflicht	x	x	x
		Ko-soto-gari/Ko-soto-gake					x	x	x	x
		Erweiterungsprog. (2)						x	x	x
		Ashi-guruma						x	x	x
		Okuri-ashi-barei						x	x	x
	Ma-sutemi-waza (3)	Erweiterungsprog. (3)						Pflicht	x	x
		Tomoe-nage						x	Pflicht	x
		Sumi-gaeshi						x	x	Pflicht
	Yoko-sutemi-waza (3)	Erweiterungsprog. (3)						Pflicht	x	x
		Tani-otoshi						x	Pflicht	x
		Soto-makikomi						x	x	Pflicht
	Komplex	additiv						jew. 1	jew. 1	jew. 2
		Griff+Wurf aus Ai-&Kenka-yotsu							jew. 1	
	Kampf	wahlweise								
		Shiai (seit letzter Graduierung)		1	2	2	2	3	3	3
		Randori Stand		2 x 2min	2 x 2min	2 x 2min	2 x 2min	2 x 3min	2 x 3min	2 x 3min
		Randori Boden		2 x 2min	2 x 2min	2 x 2min	2 x 2min	2 x 3min	2 x 3min	2 x 3min

¹ Anzahl für diese Gruppe nicht vorgeschrieben, frei wählbar unter Beachtung der erforderlichen Technikmenge | ² Wenn für den 8. Kyu zu Demonstrationszwecken vermittelt, dann als O-soto-otoshi

Gruppe	Kategorie	Wurftechnik	8. Kyu	7. Kyu	6. Kyu	5. Kyu	4. Kyu	3. Kyu	2. Kyu	1. Kyu
Katame-waza	Vorgegebene Anzahl	Techniken insgesamt	(1)	7	9	8	9	11	11	15
		Osaekomi-waza	(1)	4	4					
		Kansetsu-waza					3	4		
		Shime-waza							3	4
		Komplex		3	5	8	6	7	8	11
	Grundprogramm (5)	Tate-shiho-gatame	x	x	x	x	x	x	x	x
		Yoko-shiho-gatame	x	x	x	x	x	x	x	x
		Kami-shiho-gatame	x	x	x	x	x	x	x	x
		Kesa-gatame	x	x	x	x	x	x	x	x
		Kuzure-kesa-gatame			x	x	x	x	x	x
	Erweiterungsprog. (5)	Ushiro-kesa-gatame			x	x	x	x	x	x
		Kata-gatame			x	x	x	x	x	x
		Kuzure-kami-shiho-gatame			x	x	x	x	x	x
		Ura-gatame			x	x	x	x	x	x
		Uki-gatame			x	x	x	x	x	x
	Grundprogramm (2)	Juji-gatame					Pflicht	x	x	x
		Ude-garami					Pflicht	x	x	x
	Erweiterungsprog. (4)	Hiza-gatame					x	Pflicht	x	x
		Sankaku-gatame					x	Pflicht	x	x
		Ude-gatame					x	x	x	x
		Waki-gatame					x	x	x	x
	Grundprogramm (2)	Gyaku-juji-jime							Pflicht	x
		Okuri-eri-jime							Pflicht ³	Pflicht ³
	Erweiterungsprog. (6)	Sode-guruma-jime							x	Pflicht
		Katate-jime							x	x
		Kataha-jime							x	x
		Hadaka-jime							x	x
		Sankaku-jime							x	x
		Tsukkomi-jime							x	x
	Komplex	Übergang Wurf zum Halten		1	1	1	1	1	1	1
		Haltegriffwechsel		2	3					
		Umdrehen: Bauch --> Halten			1	1	1	1	1	1
		Befreiung aus Haltegriff				4				
		Beinklammer lösen				1	1	1	1	1
		Angriff gegen die Bank				1	1	1	1	1
		Angriff aus eigener Rückenlage					1	1	1	1
		Angr. geg. gegnerische Rückenl.					1	1	1	1
		Positionswechsel Vert.-->Angriff						1	2	3
		Überg. Stand/Boden Ai-&Kenka								jew. 1

³ Für den 2. Kyu in der Variation als Koshi-jime ("Laufwürger") und für den 1. Kyu als Othen-jime ("Rollwürger")