



Prüfungsinhalte KYU-Grade gemäß Bundesprüfungsordnung Pkt. 3.3, Stand 1.1.2010

KYU-Grad:	gelb	orange	grün	blau	braun
VORBEREITUNGSZEIT:	6 Monate	6 Monate	6 Monate	6 Monate	6 Monate
GRUNDTECHNIKEN:					
Falltechniken	3	6	vollständig	vollständig	vollständig
Ausweichen	1	2	3	4	5
Blocken	2	3	5	6	7
Schläge / Stöße	2	3	6	7	9
Fußtritte	1	2	4	5	7
Würfe	2	4	6	8	12
Hebel	2	4	6	8	10
Würgegriffe	2	4	6	8	10
Festlegegriffe	1	2	3	4	5
Transportgriffe	1	2	3	4	5
ABWEHRTECHNIKEN GEGEN:					
Hand / Armfassen	2	4	6	8	10
Revers / Kragenfassen	2	3	4	5	6
Haarefassen	-	-	1	2	3
Würgen, Stand und Boden	2	4	6	8	10
Brustumklammerungen	2	4	6	7	8
Kopfumklammerungen	1	2	3	4	5
Nelson	-	-	1	2	3
Faustangriffe	-	2	4	6	8
Fußangriffe	-	2	3	4	5
Stock	1	2	4	6	8
Messer	-	2	4	6	8
Pistole	-	1	2	3	4
ABWEHR FREIER ANGRIFFE:					
Zeit in Minuten		1	1	1	2
Zahl der Angreifer (waffenlos)		2	2	3	4