

ANGRIFFSARTEN	5. KYU-GELB	4. KYU-ORANGE	3. KYU-GRÜN	2. KYU-BLAU	1. KYU-BRAUN	1. DAN	2. DAN	3. DAN	4. DAN	5. DAN	
UMKLAMMERUNGEN	Handfassen/Handgeben Handgelenk gegenüberliegend fassen Handgelenk diagonal fassen Handgelenk von unten fassen Beide Hände fassen ein Handgelenk Beide Hände fassen beide Handgelenke Beide Hände fassen beide Handgelenke, von unten Griffansätze oben, in der Mitte, unten Körperumklammerung von vorn, unter den Armen Körperumklammerung von hinten, unter den Armen Schwitzkasten von der Seite	Handgelenk von unten fassen Beide Handgelenke fassen beide Handgelenke von unten Körperumklammerung von hinten über den Armen	Handfassen/Handgeben Beide Hände fassen beide Handgelenke, von hinten, über Kreuz Körperumklammerung von vorn mit Anheben Schwitzkasten von vorn Doppelnocken Nienschere	Handfassen/Handgeben Beide Hände fassen beide Handgelenke, von hinten, über Kreuz Körperumklammerung von vorn mit Anheben Schwitzkasten von vorn Doppelnocken Nienschere	Körperumklammerung von der Seite, unter den Armen	Schwitzkasten in Bodenlage Nienschere	Beherrschung des KYU-Programmes und des Umkehrprinzips				
GREIFEN IN DIE KLEIDUNG	Griff in den Ärmel von vorn Griff in den Ärmel von hinten Griff in das Revers mit einer Hand Griff in die Revers, beidhändig Kragenfassen von vorn Kragenfassen von hinten Kragenfassen von vorn und Schlag	Griff in das Revers mit einer Hand Griff in das Revers, beidhändig Kragenfassen von vorn Kragenfassen von hinten Kragenfassen von vorn und Schlag	Griff in den Ärmel von vorn Griff in den Ärmel von hinten			Freie Abwehr					
GREIFEN IN DIE HAARE	Griff in die Haare von vorn Griff in die Haare von hinten	Griff in die Haare von vorn Griff in die Haare von hinten				Gegentechniken					
WÜRGEANGRIFFE	Würge von vorn, eine Hand und Schlag Würge von vorn, beide Hände Würge von hinten, beide Hände Würge von hinten, beide Hände Würge von hinten mit dem Unterarm Würge im Boden, Gegner im Reitsitz Würge im Boden, Gegner zwischen den Beinen Würge im Boden, Gegner von vorn Würge im Boden, Gegner von hinten Würge im Boden, eigene Bauchlage	Würge von vorn, eine Hand und Schlag Würge von vorn, beide Hände Würge von hinten, beide Hände Würge von hinten, beide Hände Würge von hinten mit dem Unterarm Würge im Boden, Gegner im Reitsitz Würge im Boden, Gegner zwischen den Beinen Würge im Boden, Gegner von vorn Würge im Boden, Gegner von hinten Würge im Boden, eigene Bauchlage	Würge im Boden, Gegner von hinten Würge im Boden, eigene Bauchlage			Weiterführungstechniken					
SCHLAG-, STOß- UND FUSSANGRIFFE	Ohrfeige Nackengriff mit Stoß Umstoßen von vorn Umstoßen von der Seite Umstoßen von hinten Faustschlag von oben Gerader Fauststoß Aufwärtshaken Rückhandschlag Schwinger Doppelschwinger Schlägerangriff Fußtritt von vorn Fußtritt von der Seite Fußstoß von vorn Kniestoß Kopfstoß zum Magen	Ohrfeige Faustschlag von oben Kopfstoß zum Magen Umstoßen von vorn Umstoßen von der Seite Umstoßen von hinten Faustschlag von oben Gerader Fauststoß Fußstoß von vorn	Aufwärtshaken Rückhandschlag Schwinger Doppelschwinger Schlägerangriff Fußtritt von vorn Fußtritt von der Seite Kniestoß			Lehrbefähigungs-Lizenz					
HEBELANGRIFFE	Fingerhebel, Fingerpressen Armstreckhebel Armdrehgriff	Armdrehgriff	Fingerhebel, Fingerpressen Armstreckhebel			Erste Hilfe-Nachweis					
WURFANGRIFFE	Beinstellen, Fußwürfe Hüftansätze, Mittelfer Aushaber Rückrit	Fußwürfe	Hüftansätze, Mittelfer Rückrit	Umrarmungwürfe Aushaber		Notwehrbestimmungen					
ANGRIFFE MIT WAFFEN	Stockschlag von oben, eine Hand Stockschlag von oben, beidhändig Stockschlag gegen die Beine Stockschlag quer Stock gewirbelt Stockschlag von oben, beidhändig Stockangriff mit tangem Stock (Stange) Stockschlag gegen die Beine Stockstich Messersich von vorn Messersich von unten Messersich von innen Messersich von außen Fleuretstich Messersich von oben, Bodenlage mit Würge Messersich an Kehle von hinten Angriff mit Degen/Sabel Angriff mit Schlinge/Kette Angriff mit Stuhlrohr/Nunchacu Pistolenangriff vorn, nah Pistolenangriff von vorn, weit Pistolenangriff von hinten, nah Angriff mit Gewehr	Stockschlag von oben, beidhändig Stockschlag gegen die Beine Stockstich Messersich von ober Messersich von unten	Stockschlag von innen Stockschlag von außen Stockschlag quer Messersich von innen Messersich von außen Fleuretstich Pistolenangriff vorn, nah Pistolenangriff von hinten, nah	Stock gewirbelt Stockangriff mit tangem Stock (Stange) Messersich von oben, Bodenlage mit Würge Messersich an Kehle von hinten Pistolenangriff von vorn, weit	Angriff mit Degen Angriff mit Sabel Angriff mit Schlinge Angriff mit Kette Angriff mit Stuhlrohr Angriff mit Nunchacu Angriff mit Gewehr	Jiu-Jitsu-Historie					
ZWEI ANGREIFER						Organisatorisches Amt im DANKOMITEE					
DREI ANGREIFER						JIU-JITSU-TECHNIKEN NACH KYU-GRADEN ABGESTUFT					
JIU-JITSU-TECHNIKEN	Falschule	Bodenarbeit	5 Gegentechniken	10 Gegentechniken	15 Gegentechniken	A = AIKIDO J = JUDO JJ = JIU-JITSU K = KARATE-DO					
						5. Kyu (Gelbgrün)					
						Unterarmblock nach oben K Jodan-Uke • Unterarmblock von außen K Chudan-Uchi-Ude-Uke • Unterarmblock von innen K Chudan-Soto-Ude-Uke • Handaußenkante, Schlag • von außen K Shuto-Uchi • Handrückenschlag K Haisu-Uchi • Kniestoß K Hiza-Geri • Griffansätze A Tegatana-Waza • Körperbeugen A Kuzure-Irimi-Nage • Fingerhebel JJ Yubi-Kantatsu-Waza • Umgekehrter Riegelstreckhebel von außen JJ Gyaku-Kanuki-Gatame • Handdrückbeugehebel A Kote-Mawashi-Irimi • Handballenstoß K Stohel oder Teicho-Uchi • Ellbogenstoß abwärts K Otoshi-Emp-Uchi • Fußstoß vorwärts K Mae-Geri-Kekomi • Fußtritt vorwärts K Mae-Geri-Kesage, Mae-Kebanashi-Geri • Fermentritt K Kagato-Geri • Griffansätze K Kakawake-Uke • Handbeugehebel A Kuzure-Kote-Gaeshi • Handbeugehebel JJ Kote-Tori, Gyaku-Kote • Armstreckhebel über die Schulter JJ Ude-Hisagi (Kuzure) • Ohrendruck JJ Atemi-Waza • Nasendruck JJ Atemi-Waza • Beinrutschzug JJ Ashi-Dori • Hüftwurf J Uki-Goshi, O-Goshi • Große Außenische J O-Soto-Geri • Beinhalsschere JJ Hiza-Shime • Genickdrückhebel JJ Tate-Hisagi • Kleiner Eingangswurf A Kuzure-Irimi-Nage • Clinchen JJ •					
						4. Kyu (Orangegrün)					
						Tiefblock K Gedam-Barai, Gedan-Uke • Hand- und Fingerstiche K Nukite-Waza • Faustrückenschlag K Uraken-Uchi • Ellbogenstoß seilwärts K Yoko-Emp-Uchi, Yoko-Hij-Ate • Fußstoß seilwärts K Yoko-Geri-Kekomi • Kopfstoß, JJ Aama-Ate • Handsperrhebel A Kuzure-Kote-Mawashi • Umgekehrter Handsperrhebel A Kuzure-Kote-Hineri, Gyaku-Kote • Körperstreckhebel JJ Tai-Waki-Gatame • Armstreckhebel zu Boden A Ude-Osae • Schulterwurf A Seo-Nage • Fußdrückhebel JJ Ashi-Dori-Garami • Fußstreckhebel JJ Ashi-Kujuki • Kleine Außenische J Ko-Soto-Geri • Kreuzschlaggriff J Ude-Garami-Henka-Waza • Transportwürge JJ Kuzure-Uhoro-Jime • Armbrechehebel U Ude-Garami • Armbrecher JJ Hangatsu-Uke • Schaulwurf J Suku-Nage • Kopfwurf J Tomoe-Nage • Beinstrecker JJ Ashi-Osae • Große Innenische J O-Uchi-Geri • Rückrit A Kuzure-Irimi-Nage • Fußrückstoß JJ • Kreuzblock K Jodan-Juji-Uke, Gedan-Juji-Uke •					
						3. Kyu (Grüngrün)					
						Handfegen K Te-Nagashi-Uke, Te-Osae-Uke • Fauststoß K Tsuki, Oi-Tsuki, Gyaku-Tate-Tsuki, Ura-Tsuki, Mawashi-Tsuki • Beinhängen JJ Ashi-Gake • Handkantenblock K Chudan-Shuto-Uchi • Knochenfaust K Nakadaka-Ippon-Ken, Hira-Ken (Tsuki) • Ellbogenstoß abwärts K Tate-Emp-Uchi, Ago-Emp-Uchi • Ellbogenstoß vorwärts K Mae-Emp-Uchi • Ellbogenstoß rückwärts K Ushiro-Emp-Uchi, Ushiro-Hij-Ate • Fußstoß rückwärts K Ushiro-Geri-Kekomi • Fingerpressen JJ Yubi-Kanetsui-Waza • Kipphandhebel A Kote-Gaeshi • Riegelstreckhebel von innen JJ Kanuki-Gatame • Kippstreckhebel J Gyaku-Juji • Seitstreckhebel J Ude-Hisagi-Juji-Gatame • Beinmennebel JJ Ashi-Kanetsui-Waza • Freies Würgen JJ Ushiro-Jime • Doppelpfeilschleife J Morote-Geri • Kleine Innenische J Ko-Uchi-Geri • Außenstreich J Soto-Maki-Komi • Schulbeinzug JJ Kagato-Gaeshi • Umrarmungswurf J Daki-Sutemi • Wickegriff A Kuzure-Kote-Mawashi (Tenkan) • Genickbeugehebel JJ Mae-Hadaka-Jime • Körperumstoß A Omote-Nage, Irimi-Nage, • Hebezug/Jüßeln J Sasee • Sun-Komi-Ash • Hebezug/Jüßeln J Taunt-Komi-Goshi • Hüftwurf J Koshi-Guruma • Aushaber A Aki-Otoshi • Beinrit, JJ Ashi-Dori (Kuzure) • Beinrutschzug JJ Ashi-Dori (Kuzure) • Hebelwurf JJ •					
						2. Kyu (Blaugrün)					
						Handinnenkante, Schlag von außen K Haiso-Uchi • Handaußenkante, Schlag von innen K Shuto-Uchi • Knochenwürge J Eri-Jime • Handdrückhebel A Kote-Mawashi-Tenkan • Armdrehgriff A Tebuki-Osae (Yonkyu) • Handdrückgriff A Kote-Hineri (Sanjyu) • Habkreisfußtritt K Mawashi-Geri • Fußkreuzschlaggriff JJ Ude-Garami-Henka-Waza (Kuzure) • Fernenstoß JJ Kuzure Kagato-Gaeshi • Tatatzug J Tai-Otoshi • Körperwurf J Tai-Otoshi • Nienschere JJ Do-Jime • Beinbeugehebel JJ Hiza Garami • Handstreckhebel A Kuzure-Kote-Mawashi • Anspringen mit einem Bein JJ • Anspringen mit zwei Beinen JJ •					
						1. Kyu (Braungrün)					
						Prellfußschlag K Kumado-Uchi • Bauchstreckhebel J Hara-Gatame • Beinriegelstreckhebel JJ Ashi-Kujiki • Seitritsd J Yoko-Guruma • Schwertwurf A Shihō-Nage • Drehstreckhebel JJ Hiz-Maki-Komi • Eckenwurf J Sumi-Gaeshi • Scherenwurf J Hasami-Gaeshi, Kani-Basami • Kreuzbrecher JJ (zwei Varianten) • Würgewurf JJ • Gürtelwurf JJ • Schleudwurf A Katen-Nage (Uchi) •					
						Die Austauschbarkeit der Techniken innerhalb der KYU-GRADEN sowie die Ergänzung durch weitere sinnvolle Abwehren ist bei Bedarf möglich.					
						DANKOMITEE Technische Kommission					