

1. Kyu (Ichi-Kyu)

Grüner Gürtel und Kyu-Emblem Vier Goldsterne

1. **Vorkenntnisse**
2. **Weiterführungstechniken** (bei Hebel- und Wurfversuchen)
Sechs Techniken
3. **Gegentechniken** (bei Hebel- und Wurfversuchen)
Sechs Techniken
4. **Freie Abwehr**
 - Ein Angreifer (mit und ohne Kontakt, auch Waffen; Stock, Messer, Kette, Stuhl etc.)
 - Zwei Angreifer*Sechs Techniken*
5. **Abwehrtechniken gegen Schwert**
 - Ohne Waffe (Mutodori) (nach Angabe der Prüfer)
 - Mit Schwert (nach Angabe der Prüfer)
 - Mit Hanbo (nach Angabe der Prüfer)
 - Mit Jutte (nach Angabe der Prüfer)
 - Mit Bo (nach Angabe der Prüfer)*Jeweils 3 Techniken vorführen*
6. **Randori** (gehobene Stufe: Ausweichen durch Rollen und Tai Sabaki; Kontern u. Abwehrtechnik; Festlegen; Taktiken etc.)
7. **Verteidigung in der Bodenlage**
 - Mit Kontakt (nach Angabe der Prüfer)
 - Ohne Kontakt (nach Angabe der Prüfer)
8. **Ju Tai Jutsu IV**
 - Shikaashi (Ausweichen bei Soku Yaku Geri nach innen, mit Knie Standbein des Gegners hebeln)
 - Jigoku Otoshi (Ausweichen bei Soku Yaku Geri nach außen, Fuß halten und mit Unterarm Knie hebeln)
9. **Torite Kihon Gata V**
 - Omote Oni Kudaki
 - Ura Oni Kudaki
 - Temakura (unter Schultergelenk mit dem Ellengelenk gehen und sich selbst auf den Rücken fallen lassen)

10. Shime Waza Kihon Gata

- Hon Jime (Würgen mit der Kleidung; Revers fassen und mit Handgelenk / Unterarm auf Hals drücken, andere Hand zieht am Revers; auch Abwehr dieses Angriffes)
- Gyaku Jime (Würgen mit der Kleidung; Hände fassen über Kreuz am Revers; auch Abwehr dieses Angriffes)
- San Kaku Jime (Würgen mit Unterarm von hinten im Sitzen / Knien; auch Festlegung)
- Eri Jime (Würgen von hinten am Revers mit Unterarm und Ziehen mit anderer Hand nach unten am Revers (unter Achselhöhle hindurch greifen); auch Abwehr dieses Angriffes)

11. Shime Hodoki

- Shime Hodoki Temakura (Befreiung Würgen von Vorne oder Seite, als Abschluß Temakura)
- San Kaku Jime Hoshi Dori Nage (Befreiung aus Würgen mit dem Unterarm von hinten (auch im Sitzen / Knien); in Hoshi greifen, ggf. mit Gyaku Zeoi Nage abschließen)
- San Kaku Jime Zu Dori Nage (Befreiung aus Würgen mit Unterarm von hinten (auch im Sitzen / Knien); in Haare, Hals, Ohren ect. greifen, ggf. Wurftechnik)

12. Kyusho

(Atemi / Schmerzpunkte; s. auch Anhang)

Erläutern und Zeigen der einzelnen Punkte im Kopf- und Halsbereich sowie Körper (vorne und hinten) einschließlich der Auswirkung bei Druck, Schlag und Umgang beim Training (siehe auch Anhang).

13. Ju Tai Jutsu V

- Beinbeugehebel
- Armriegel von außen
- Armriegel von innen (grundsätzlich nur am Boden)
- Beindurchzug
- Körperrückstoß und -rückriß
- Beinriß und Beinrückriß

14. Kiai Jutsu

Kiai-Arten und deren Anwendung

Angriffsschrei, reagierender Schrei, Siegeschrei, „Schatten“ Schrei, Shin Ken

Die Grundtechniken sind - soweit nicht gesondert angegeben - weitgehend in Kombinationen gegen einen Angriff nach Wahl des Prüflings und nach Angabe der Prüfer zu zeigen.