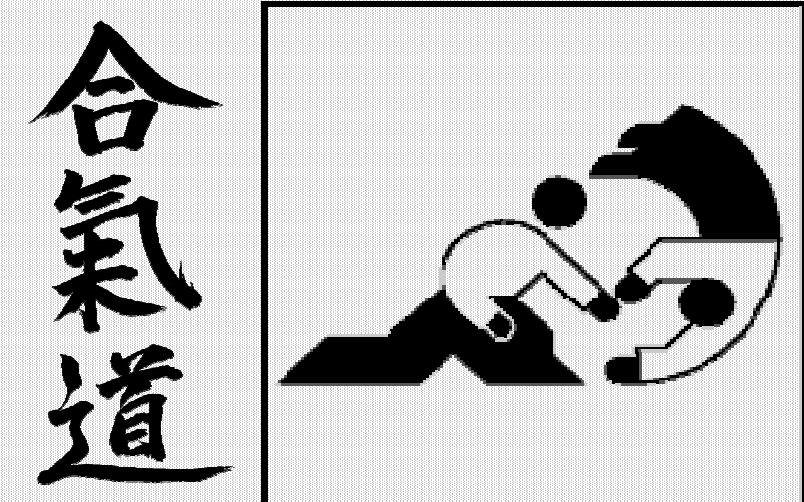


R.Z.		Angriffe ->		Fassangriff					Fassangriffe von hinten					Seite	Schlagangriffe			-> Irimi & Tenkan		
Prüfungsprogramm, Stand: 2011	<- Verteidigungen			Katate-Tori Gyaku-Hanmi eine Hand fasst eine Hand	Katate-Tori Ai-Hanmi eine Hand fasst eine Hand (gegenüber)	Ryote-Tori zwei Hände fassen zwei Hände	Katate-Ryote Tori 1. Hand wird von 2 Händen gefasst	Mune-Tori Kragen wird durch eine Hand gefasst	Ushiro-Eri-Tori fassen des Kragens	Ushiro-Ryote-Tori zwei Hände fassen zwei Hände	Ushiro-Ryokata-Tori zwei Hände fassen die Schultern	Ushiro-Kakae-Tori zwei Hände umklammern die Arme	Ushiro-Katate-Tori-Kubi-Shime eine Hand fassen und zweite würgt	Ushiro-Kubi-Shime würgen	Yoko-Kubi-Shime seitlicher Würgeangriff	Yokomen-Uchi seitlicher Schlag zum Hals	Shomen-Tsuki Fauststoß zum Bauch		Shomen-Uchi grader Schlag von oben auf die Stirn	
		Grundtechniken Kyu-Programm	Halte-Technik	Ude-Osae <i>Armstreckhebel - Haltegriff</i>	5 Kyu	5 Kyu	5 Kyu	5 Kyu	5 Kyu	4 Kyu	4 Kyu	4 Kyu		4 Kyu			4 Kyu	4 Kyu	4 Kyu	KATAME-WAZA
Kote-Mawashi <i>Armdrehhebel - Haltegriff ü. Daumenwurzel</i>	3 Kyu			3 Kyu	3 Kyu	3 Kyu	3 Kyu	3 Kyu	3 Kyu	3 Kyu			3 Kyu			3 Kyu	3 Kyu	3 Kyu		
Kote-Hineri <i>Handdrehhebel Haltegr. über Finger der Hand</i>	2 Kyu			2 Kyu	2 Kyu	2 Kyu	2 Kyu	2 Kyu	2 Kyu	2 Kyu	2 Kyu			2 Kyu			2 Kyu	2 Kyu	2 Kyu	
Tekubi-Osae <i>Unterarmpresshebel Haltergriff (Handnerv)</i>	1 Kyu			1 Kyu	1 Kyu	1 Kyu	1 Kyu	1 Kyu	1 Kyu	1 Kyu	1 Kyu			1 Kyu			1 Kyu	1 Kyu	1 Kyu	
Ude-Nobashi <i>Armstreckhebel - Haltegriff (Kataform)</i>	1 Kyu			1 Kyu													1 Kyu			
Wurf-Technik	Shiho-Nage <i>Schwertwurf</i>		5 Kyu	5 Kyu	5 Kyu	5 Kyu	5 Kyu			4 Kyu						4 Kyu			NAGE-WAZA	
	Irimi-Nage <i>Innen u. Eingangswurf (Nacken heranziehen)</i>		4 Kyu	4 Kyu	4 Kyu	4 Kyu				3 Kyu						3 Kyu	3 Kyu	3 Kyu		
	Kaiten-Nage-Uchi <i>Schleuderwurf (innen / unterm Arm durch)</i>		4 Kyu	4 Kyu												4 Kyu	4 Kyu	4 Kyu		
	Kaiten-Nage-Soto <i>Schleuderwurf (außen)</i>		3 Kyu	3 Kyu													3 Kyu	3 Kyu		
	Aiki-Otoshi <i>Aushelbelwurf (gegen Würgen)</i>										2 Kyu	2 Kyu			2 Kyu					
	Koshi-Nage <i>Hüftwurf</i>				2 Kyu		2 Kyu							2 Kyu	2 Kyu	2 Kyu	2 Kyu	2 Kyu		2 Kyu
	Koshi - Nage - Hiji - Garami <i>Hüftwurf mit Handgelenkkreuzgriff</i>									1 Kyu										
	Koshi - Nage - Kote - Hineri <i>Hüftwurf mit Handdrehhebel über Fingern</i>		1 Kyu	1 Kyu						1 Kyu										
	Juji-Garami <i>Armkreuzwurf über Ellenbogen</i>									1 Kyu				1 Kyu						
	Kote-Gaeshi <i>Handgelenkaussendrehwurf (Hand eindrehen)</i>		1 Kyu	1 Kyu	1 Kyu	1 Kyu				1 Kyu							1 Kyu	1 Kyu		1 Kyu
1. Dan	Tenchi-Nage <i>Himmel und Hölle Wurf (Auseinanderziehen)</i>			1 Dan		1 Dan	1 Dan								1 Dan	1 Dan	1 Dan			
	Sumi-Otoshi <i>Eckenkipwurf</i>	1 Dan	1 Dan	1 Dan																
	Kokyu-Nage <i>Atemkraftwurf</i>			1 Dan	1 Dan					1 Dan	1 Dan	1 Dan			1 Dan		1 Dan			
ab 2. Kyu Randori (freie Übungsform ohne Widerstand des Partners)		Yiu - Waza (Juno-Geiko) - 1 Angreifer					Aiki - no - Kata (Katame - Waza)					DAB								