

7. Kyu: gelber Gürtel  
 Mindestalter:  
 8. Lebensjahr (Jahrgang)

Deutscher Judo-Bund e. V. Prüfungsprogramm  
 für Menschen mit Behinderung  
 stehfähig

<b>Falltechnik 4 Aktionen aus</b>	rückwärts	seitwärts (beidseitig)	Judorolle vorwärts (einseitig)	Eigene Falltechnik
<b>Grundform der Wurftechnik</b>	<b>eine Form von</b> O-goshi	<b>eine Form von</b> O-uchi-gari	<b>eine Form von</b> Seoi-otoshi	
<b>Grundform der Bodentechnik</b>	<b>eine Form von</b> Kesa-gatame	<b>eine Form von</b> Yoko-shiho-gatame	<b>eine Form von</b> Tate-shiho-gatame	
<b>Anwendungsaufgabe Stand</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Eine Wurfform aus der Vorwärtsbewegung</li> <li>• Eine Wurfform aus der Rückwärtsbewegung</li> </ul>			
<b>Anwendungsaufgabe Boden</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Je eine Befreiung aus 2 Haltegriffen demonstrieren</li> <li>• einen Angriff gegen einen in der Bankposition oder Bauchlage befindlichen Uke mit Haltegriff beenden</li> </ul>			
<b>Randori</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zwei Bodenrandori</li> </ul>			

6. Kyu: gelb-orangener Gürtel  
 Empfohlenes Mindestalter:  
 9. Lebensjahr (Jahrgang)

Deutscher Judo-Bund e. V. Prüfungsprogramm  
 für Menschen mit Behinderung  
 stehfähig

<b>Falltechnik 4 Aktionen aus</b>	rückwärts	seitwärts (beidseitig)	Judorolle vorwärts mit Liegenbleiben <b>und</b> Aufstehen (einseitig)	Eigene Falltechnik
<b>Grundform der Wurftechnik</b>	<b>eine Form von</b> Tai-otoshi	<b>eine Form von</b> Ko-uchi-gari	<b>eine Form von</b> Ko-soto-gake oder Ko-soto-gari	eine eigene Wurftechnik
<b>Grundform der Bodentechnik</b>	<b>eine Form von</b> Kesa-gatame	<b>eine Form von</b> Yoko-shiho-gatame	<b>eine Form von</b> Tate-shiho-gatame	<b>eine Form von</b> Kami-shiho-gatame
<b>Anwendungsaufgabe Stand</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wenn Tori zieht und zurückgeht, wirft er mit einer Wurftechnik.</li> <li>• Wenn Uke mit einer Wurfform angreift, weicht Tori aus oder steigt über.</li> </ul>			
<b>Anwendungsaufgabe Boden</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Je eine Befreiung aus den 4 Grundhaltetechniken demonstrieren</li> <li>• einen Angriff aus der eigenen Rückenlage (Uke zwischen Toris Beinen) mit Haltegriff abschließen</li> </ul>			
<b>Randori</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ein Bodenrandori</li> <li>• ein Standrandori</li> </ul>			

5. Kyu: orangener Gürtel  
 Mindestalter:  
 10. Lebensjahr (Jahrgang)

Deutscher Judo-Bund e. V. Prüfungsprogramm  
 für Menschen mit Behinderung  
 stehfähig

<b>Falltechnik</b> <b>4 Aktionen aus</b>	rückwärts	Judorolle über ein Hindernis	Judorolle vorwärts mit Liegenbleiben <b>oder</b> Aufstehen (beidseitig)	eine eigene Falltechnik
<b>Grundform der Wurftechnik</b>	<b>eine Form von</b> Sasae-tsure-komi-ashi <b>oder</b> Hiza-guruma	<b>eine Form von</b> O-soto-gari (beidseitig)	<b>eine Form von</b> Tsure-goshi <b>oder</b> Seoi-nage	eine eigene Wurftechnik
<b>Grundform der Bodentechnik</b>	<b>zwei Formen von</b> Kesa-gatame	<b>zwei Formen von</b> Yoko-shiho-gatame		
<b>Anwendungsaufgabe Stand</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wenn Uke mit einer Eindreh- oder Fußtechnik angreift, dann weicht Tori aus oder steigt über und wirft selber (Konter).</li> <li>• Wenn Tori mit einer Wurftechnik angreift, dann reagiert Uke und Tori setzt nach und wirft.</li> </ul>			
<b>Anwendungsaufgabe Boden</b>				
<b>Randori</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• zwei Bodenrandori</li> <li>• zwei Standrandori</li> </ul>			
<b>Kata</b>	• eine Mini-Kata aus mindestens 3 Grundhaltetechniken mit Einmarsch und Grußzeremonie			

4. Kyu: orange-grüner Gürtel  
 Mindestalter:  
 11. Lebensjahr (Jahrgang)

Deutscher Judo-Bund e. V. Prüfungsprogramm  
 für Menschen mit Behinderung  
 stehfähig

<b>Falltechnik</b> <b>5 Aktionen aus</b>	rückwärts über ein Hindernis	seitwärts am Partner (beidseitig)	Judorolle vorwärts mit Liegenbleiben <b>oder</b> Aufstehen (beidseitig)	eine eigene Falltechnik	
<b>Grundform der Wurftechnik</b>	<b>eine Form von</b> De-ashi-barai	<b>eine Form von</b> Tsurigoshi	<b>eine Form von</b> O-uchi-barai <b>oder</b> Ko-uchi-barai	eine Form von Harai-goshi <b>oder</b> O-goshi (beidseitig)	
<b>Grundform der Bodentechnik</b>	<b>zwei Formen von</b> Kesa-gatame	<b>zwei Formen von</b> Yoko-shiho-gatame	<b>eine Form von</b> Tate-shiho-gatme	<b>eine Form von</b> Kami-shiho-gatame	
<b>Anwendungsaufgabe Stand</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• eine Wurftechnik mit zwei verschiedenen Fassarten werfen</li> <li>• Wenn Uke angreift, dann verteidigt Tori durch Blocken</li> </ul>				
<b>Anwendungsaufgabe Boden</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• zwei Angriffe gegen die Banklage von Uke mit Haltegriff beenden</li> <li>• zwei Angriffe gegen die Bauchlage von Uke mit Haltegriff beenden</li> </ul>				
<b>Randori</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• zwei Standrandori, die in der Bodenlage fortgeführt werden</li> </ul>				

3. Kyu: grüner Gürtel  
 Mindestalter:  
 12. Lebensjahr (Jahrgang)

Deutscher Judo-Bund e. V. Prüfungsprogramm  
 für Menschen mit Behinderung  
 stehfähig

<b>Falltechnik</b> <b>6 Aktionen aus</b>	rückwärts über ein Hindernis <b>oder</b> rückwärts mit überrollen	seitwärts am Partner (beidseitig)	Judorolle vorwärts mit Liegenbleiben (beidseitig)	Judorolle vorwärts mit Aufstehen (beidseitig)	eine eigene Falltechnik
<b>Grundform der Wurftechnik</b>	<b>eine Form von</b> O-goshi (beidseitig)	<b>eine Form von</b> Tani-otoshi	<b>eine Form von</b> Yoko-otoshi <b>oder</b> Uki-otoshi	<b>eine Form von</b> De-ashi-barai (beidseitig)	
<b>Grundform der Bodentechnik</b>	<b>drei Formen von</b> Kesa-gatame	<b>drei Formen von</b> Yoko-shiho-gatame			
<b>Anwendungsaufgabe Stand</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• zwei Wurfkombinationen</li> <li>• eine Kontertechnik</li> </ul>				
<b>Anwendungsaufgabe Boden</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Einsatz der Beinklammer zur Verteidigung in der eigenen Rückenlage</li> <li>• eine Befreiung aus der Beinklammer</li> </ul>				
<b>Randori</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bodenrandori aus einer Ausgangssituation</li> <li>• Standrandori mit Wurfkombination oder Kontertechnik</li> </ul>				
<b>Kata</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mini-Kata im Stand mit 3 selbst gewählten Techniken (mit Einmarsch und Grußzeremoniell)</li> <li><b>oder</b></li> <li>• Judo-Demonstrationskata nach Wolfgang Hofmann</li> </ul>				

2. Kyu: blauer Gürtel  
 Mindestalter:  
 13. Lebensjahr (Jahrgang)

Deutscher Judo-Bund e. V. Prüfungsprogramm  
 für Menschen mit Behinderung  
 stehfähig

<b>Falltechnik</b>	Fallkette (mit den Elementen: vorwärts, rückwärts, seitwärts)	Freier Fall am Partner			
<b>Grundform der Wurftechnik</b>	<b>eine Form von</b> Kata-ashi-dori <b>oder</b> Kuchiki-taoshi	<b>eine Form von</b> Yoko-gake	<b>eine Form von</b> Uki-otoshi	<b>eine Form von</b> Tomoe-nage <b>oder</b> Sumi-gaeshi	eine eigene Wurftechnik (beidseitig)
<b>Grundform der Bodentechnik</b>	<b>drei Formen von</b> Kesa-gatame	<b>drei Formen von</b> Yoko-shiho-gatame	<b>zwei Formen von</b> Tate-shiho-gatame		
<b>Anwendungsaufgabe Stand</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• zwei Wurfformen aus der Kreisbewegung</li> <li>• zwei Kontertechniken</li> </ul>				
<b>Anwendungsaufgabe Boden</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• je eine Verteidigung aus der Bank- und Bauchlage mit Haltegriff abschließen</li> <li>• einen Angriff aus der eigenen Rückenlage mit Haltegriff abschließen</li> </ul>				
<b>Randori</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• je ein aufgabenbezogenes Boden- und Standrandori</li> </ul>				
<b>Kata</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mini-Kata im Stand mit 3 selbst gewählten Techniken aus der Nage-no-Kata (einseitig, mit Einmarsch und Grußzeremoniell)</li> </ul>				

1. Kyu: brauner Gürtel  
 Mindestalter:  
 14. Lebensjahr (Jahrgang)

Deutscher Judo-Bund e. V. Prüfungsprogramm  
 für Menschen mit Behinderung  
 stehfähig

<b>Falltechnik</b>	Falkette (beidseitig): vorwärts, rückwärts, seitwärts	Freier Fall am Partner (beidseitig)			
<b>Grundform der Wurftechnik</b>	<b>eine Form von</b> Harai-goshi <b>oder</b> Uchi-mata	<b>eine Form von</b> Yoko-gake (beidseitig)	<b>eine Form von</b> Te-guruma <b>oder</b> Ushiro-goshi	<b>eine Form von</b> Okuri-ashi-barai	
<b>Grundform der Bodentechnik</b>	<b>drei Formen von</b> Kesa-gatame	<b>drei Formen von</b> Yoko-shiho-gatame	<b>zwei Formen von</b> Tate-shiho-gatame	<b>zwei Formen von</b> Kami-shiho-gatame	
<b>Anwendungsaufgabe Stand</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 2 Techniken aus je 2 verschiedenen Situationen werfen</li> </ul>				
<b>Anwendungsaufgabe Boden</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wechsel zwischen den 4 Grundhaltgriffen unter Ausnutzung der Befreiungsversuche von Uke</li> </ul>				
<b>Randori</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 3 Randori mit verschiedenen Partnern</li> </ul>				
<b>Kata</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mini-Kata im Stand mit 6 selbst gewählten Techniken (einseitig) aus der Nage-no-Kata (oder 3 selbst gewählten Techniken beidseitig, mit Einmarsch und Grußzeremoniell)</li> </ul>				