

Prüfungsfächer 1. Dan (Schwarzgurt)		
1	Falltechniken	Zu dieser Graduierung wird dieses Prüfungsfach nicht geprüft.
2	Bodentechniken	2.1. Haltetechniken in Verbindung mit Hebeln und Übergängen
3	Abwehrtechniken	3.1. Abwehrtechnik mit dem Ellenbogen (2 Ausführungen) 3.2. Abwehrtechnik mit sofort folgender Armkontrolle und Konter (Block-Check-Konter)
4	Atemitechniken	4.1. Ellenbogentechnik (4 Ausführungen) 4.2. Atemi mit dem Unterarm (nach innen oder außen)
5	Würge- / Nervendrucktechniken	5.1. Würgetechnik mit Beinen oder Füßen (2 Ausführung)
6	Hebeltechniken	6.1. Armhebel im Stand (2 Ausführungen) 6.2. Armhebel am Boden (2 Ausführungen) 6.3. Handgelenkhebel (2 Ausführungen) 6.4. Fingerhebel 6.5. Beinhebel 6.6. Genickhebel
7	Wurftechniken	7.1. Drei Würfe nach Wahl des Prüflings. Maximal einer aus dem Kyu Bereich. Mindestens ein Selbstfallwurf.
8	Stockabwehr /-anwendung	8.1. Folgetechniken mit dem Stock (4 Ausführungen)
9	Messerabwehr	9.1. Messerabwehr gegen drei Angriffswinkel nach freier Wahl. 9.2. Jeweils eine Messerabwehr gegen Angriffswinkel 1 und 2 in Dolchhaltung.
10	Weiterführungstechniken	10.1. Weiterführung von Hebeltechniken (3 Ausführungen) 10.2. Weiterführung von Wurftechniken (3 Ausführungen) 10.3. Weiterführung von Würgetechniken (1 Ausführungen)
11	Gegentechniken	11.1. Gegentechniken gegen Hebeltechniken (3 Ausführungen) 11.2. Gegentechniken gegen Wurftechniken (3 Ausführungen) 11.3. Gegentechniken gegen Würgetechniken (2 Ausführungen)
12	Freie Selbstverteidigung	12.1. Verteidigung gegen 2 unbewaffnete Angreifer 12.1.1. 3-5 angesagte Angriffe mit Kontakt 12.1.2. 3-5 angesagte Angriffe ohne Kontakt 12.1.3. 3-5 freie Angriffe mit Kontakt 12.1.4. 3-5 freie Angriffe ohne Kontakt
13	Anwendungsformen	13.1. Selbstgewählte Darstellung von Ju-Jutsu-Techniken als freie Form; Mindestens 10 Techniken sind als Verkettung in maximal 2 Kombinationen zu zeigen. oder 13.2. Freie Auseinandersetzung mit Ju-Jutsu-Techniken
14	Bewegungsformen	Zu dieser Graduierung wird dieses Prüfungsfach nicht geprüft.
15	Kombinationen / Vielfältigkeit	Sinnvolle Technikkombinationen während der gesamten Prüfung.
16	Angriffs- / Partnerverhalten	Verhalten als Prüfling wie auch als Partner während der gesamten Prüfung.