

STREIFERLPRÜFUNGSPROGRAMM



<i>Anzahl der Techniken für den 6.Kyu Kindergrad</i>					
<i>Techniken</i>	6.KYU	6.KYU	6.KYU	6.KYU	6.KYU
1. Falltechnik	X	X	X	X	X
2. Grifftechniken					
Handgelenksgriffe oder	-	-	1	1	1
Handgelenksbefreiungen	-	-	1	1	1
Revergriffbefreiungen	-	1	1	1	1
Würgeabwehren	1	1	1	1	1
Armhebel	1	1	1	1	1
Schlag- / Fußabwehren	-	-	1	1	1
Festhaltergriffe	1	1	1	2	2
Würgegriffe	1	1	1	1	1
Fußtrittabwehren	-	-	1	1	1
3. Theorie	X	X	X	X	X
4. Wurftechniken					
Hüftwürfe	1	1	2	2	2
Beinwürfe	1	1	1	2	2
Gegenwürfe (Aktion)	1	1	2	2	2
5. Tritte	-	-	1	1	1
6. Stoß Techniken	1	1	1	1	2
7. Blocktechniken	1	2	2	2	2
8. Kombinationen	1	2	2	2	2