



**JU-JUTSU FÜR ALLE  
Weiss- Gelb- Gurt  
Selbstverteidigung**

Bezug des Materials über LV/  
DJJV  
Meldung/ Listen an  
Prüfungsbeauftragte der LV's  
Die Graduierung ist dem weiss-  
gelb Gurt gleichgestellt

**Organisation**

Berücksichtigung von  
Kursteilnahmen  
Gewaltprävention/  
Selbstverteidigung

Inhalte geringer als 5. Kyu  
SV - bezogen

**Inhalte:**

hier die verpflichtenden  
Prüfungsinhalte, mit einem Beispiel  
der Umsetzung

**Prüfungsberechtigte:**

- Lehrer mit Zusatzqualifikation Ju-Jutsu
  - 1 Semester
  - 2 Semester
  - ÜL B Gewaltprävention
- Ju-Jutsuka mit Prüferlizenz
- Kursleiter SV
- 3. Kyu JJ
- ÜL B Gewaltprävention
- 4. Kyu JJ

**Voraussetzung**

- Teilnahme am JJ SV/ SB Kurs
- Training im Verein 12 UE
- JJ Schulsport
- Kursleiter überprüfen die Inhalte



- Notwehr
- Opfer aus dem Gewaltmagnetfeld des Angreifers bringen
- Körperabbiegen
- Nothilfe
- Bewegungslehre
- Handballentechnik
- Stimme einsetzen
- Distanz herstellen
- Handabwehr
- passive Abwehr
- Abwehr gegen Schläge
- Grifflösen
- Griffsprengen
- Befreiungen aus Handgelenkfassen
- Griffsprengen
- Windmühle
- Befreiung gegen Griff zum Hals/ Revers
- Sturz seitwärts
- SV- Fallen
- Fallen
- Raufen/ Ringen
- Kampf mit offenen Händen
- Anwendungsform

