



5. Kyu

Go Kyu - 5. Schülergrad

Orange Gürtel

Deutscher Judo-Bund Prüfungsordnung für Kyu-Grade „Materialien für Multiplikatoren“ , 15.11.2004

5. Kyu: orangener Gürtel

Mindestalter:

10. Lebensjahr (Jahrgang)

Deutscher Judo-Bund e. V. Prüfungsprogramm

Falltechnik (5 Aktionen)	rückwärts	seitwärts (beidseitig)	Judorolle beidseitig vorwärts über ein Hindernis		
Grundform der Wurftechniken (7 Aktionen)	Morote-seoi-nage	Sasae-tsuri-komi- ashi oder Hiza-guruma	Okuri-ashi-barai (beidseitig)	O-soto-gari (beidseitig)	Harai-goshi
Grundform der Bodentechniken (4 Aktionen)	Juji-gatame beidseitig	Ude-garami beidseitig			
Anwendungs- aufgabe Stand (2 Aktionen)	- Wenn Uke mit einer Eindrehtechnik oder Fußtechnik angreift, dann weicht Tori aus oder steigt über und wirft selber (Konter) - Wenn Tori mit einer Eindrehtechnik oder Fußwurf angreift, dann weicht Uke aus oder steigt über und Tori setzt nach und wirft (Kombination)				
Anwendungs- aufgabe Boden (6 Aktionen)	- Ukes Befreiungsversuche aus 1 Haltetechnik zu Juji-gatame, aus 1 anderen zu Ude-garami nutzen - Einsatz der Beinklammer zur Verteidigung in der eigenen Rückenlage 1 Befreiung aus der Beinklammer 2 Angriffe gegen die mittlere Bankposition mit Juji-gatame beenden				
Randori (4-6 Randori a`2 min.)	- Im Standrandori Wurftechniken auch bei gegengleichem Griff werfen, ohne den Griff zu lösen - Bodenrandori in der Ausgangssituation „Beinklammer“ beginnen.				