



### Voraussetzungen

*Der Prüfling muss mind. 5 Jahre Mitglied im Landesverband sein!*

*Der Prüfling muss an mind. 10 EJJU-Lehrgängen teilgenommen haben!*

### Demonstration und Erläuterung

*Ausarbeitung und Darstellung einer Lehrprobe*

*über eine oder mehrere Jujitsu-Techniken incl. Trainingsformen und Prinzipien. Dauer ca. 30 min.!*

<b>Kata</b>	<b>Formen</b>
Oku-no-Kata (Hontai-Yoshin-Ryu)	<i>Form des Inneren (der Hontai-Yoshin-Schule)</i>
Jiyu-Goshin-Jutsu-no-Kata	<i>Form der Selbstverteidigung nach Mifune Sensei</i>

<b>Goshin-Waza</b>		<b>Selbstverteidigung</b>
70 Verteidigungshandlungen unter Berücksichtigung der Verhältnismäßigkeit und der Eigensicherung gegen		
15	Shime-no-Kogeki	Würgeangriffe
15	Te-, Hiji-, Ashi-, Hiza-no-Kogeki	Faust-, Ellenbogen-, Fuß-, Knie- Angriffe
15	Hanbo-no-Kogeki	Angriffe mit dem Stock
15	Tanto-no-Kogeki	Angriffe mit dem Messer
10	Kenju-no-Kyoi	Pistolen-Bedrohungen