

Vorkenntnisse	Bis zu 3 Kyu der bisherigen Kyu-Ausbildungsstufen (außer Kata) können stichprobenartig abgeprüft werden (Wurftechniken)						
Wurftechniken (7 Aktionen)	Demonstration aus sinnvollen Bewegungsvorgaben, Eingänge und Varianten sind frei wählbar.						
	Tsuri-goshi	O-soto-guruma	Sukui-nage	Uki-waza	Sumi-otoshi	Harai-tsuru-komi-ashi	Yoko-wakare
Bodentechniken (19 Aktionen)	Demonstration aus den Standardpositionen des Bodenkampfes						
	Kesa-gatame, Yoko-shiho-gatame, Kami-shiho-gatame , Tate-shiho-gatame, Kata-gatame		Juji-gatame, Ude-garami, Ude-gatame, Waki-gatame, Hara-gatame, Kannuki-gatame, Ashi-gatame		Juji-jime, Hadaka-jime, Okuri-eri-jime, Kata-ha-jime, Kata-te-jime, Ryo-te-jime, Ashi-jime		
Anwendungsaufgabe Stand / SV (max. 5min + 6 Aktionen)	<ul style="list-style-type: none"> • Demonstration und Erläuterung der eigenen Spezialtechnik (bevorzugte Wurftechnik) unter technisch/taktischen Aspekten. Diese Demonstration und Erläuterung soll mit dem geforderten Prüfungspunkt Übungsformen eine Einheit bilden • 3 Renraku-waza und/oder Finten • 3 Kaeshi-waza <p>oder SV (Kriterien siehe Dan-PO des DJB)! Beim Wahlfach SV werden die Übungsformen extra geprüft</p>						
							müssen vom Prüfling vor der Demonstration bekannt gegeben werden
Anwendungsaufgabe Boden / SV (9 Aktionen)	<ul style="list-style-type: none"> • 4 Übergänge vom Stand in die Bodenlage- davon je 2 aus missglücktem Angriff des Gegners und je zwei aus nicht oder teilweise erfolgreichem eigenen Angriff • Erarbeiten von je einer Bodentechnik gegen die Bank-/ Bauchlage aus 3 verschiedenen Angriffsrichtungen unter Berücksichtigung der 3 Prinzipien Halten, Hebeln und Würgen • Verteidigungsverhalten gegen 2 unterschiedliche Angriffe am Boden <p>oder SV (Kriterien siehe Dan-PO des DJB)</p>						
Übungsformen	Tandoku-renshu und Uchi-komi zur Spezialtechnik (bevorzugte Technik) im Stand (auch bei SV -Wahl statt Spezialtechnik)						
Theorie	Fragegruppen des JVS zur Theorieprüfung						
Kata	Nage-no-kata						