



DJJV-Sportabzeichen Richtwerte



| | Einheit | ab 1. Dan | | | | | 4. bis 1. Kyu | | | | | 6. bis 5. Kyu | | | | | |
|--|---------------------|-----------|-------|-------|-------|-------|---------------|-------|-------|-------|-------|---------------|-------|-------|-------|-------|---|
| | | ab 14 | ab 30 | ab 40 | ab 50 | ab 60 | ab 14 | ab 30 | ab 40 | ab 50 | ab 60 | ab 14 | ab 30 | ab 40 | ab 50 | ab 60 | |
| Pratzen/Schlagpolster | Sek. | 60 | 60 | 45 | 45 | 30 | 60 | 60 | 45 | 30 | 30 | 60 | 45 | 30 | 30 | 30 | |
| Wurfausdauer | 60 Sek. | Anzahl | 14 | 13 | - | - | - | 12 | 11 | - | - | - | 10 | 9 | - | - | - |
| | 45 Sek. | Anzahl | - | - | 9 | 7 | 5 | - | - | 8 | 6 | 4 | - | - | 6 | 5 | 4 |
| Verkettungen/Flows <small>(nur eine dieser Aufgaben muß erfüllt werden)</small> | Dreierkontakt | Anzahl | 25 | 20 | 15 | 12 | 10 | 15 | 13 | 10 | 7 | 5 | 10 | 8 | 6 | 4 | 3 |
| | Atemiabwehr | Anzahl | 15 | 12 | 10 | 8 | 6 | 10 | 9 | 8 | 6 | 4 | 6 | 5 | 4 | 3 | 2 |
| | Messerabwehr | Anzahl | 15 | 12 | 10 | 8 | 6 | 10 | 9 | 8 | 6 | 4 | 6 | 5 | 4 | 3 | 2 |
| | WF- u. Gg'techniken | Anzahl | 8 | 8 | 8 | 6 | 6 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 |
| | Stockdrill | Anzahl | 8 | 8 | 8 | 6 | 6 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 |
| Gleichgewichtsschulung | Anzahl | 16 | 13 | 11 | 8 | 4 | 13 | 11 | 9 | 6 | 3 | 10 | 9 | 8 | 5 | 2 | |
| Freie Darstellung | Punkte | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | |
| Randori | Punkte | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | |

Die Aufgaben können innerhalb eines Jahres auch an verschiedenen Trainingstagen erfüllt werden.
Für jede Aufgabe sind beliebig viele Versuche möglich.

Teilnahmegebühr

inkl. Urkunde:

Aufnäher:

bitte beim Landesverband erfragen

bitte beim Landesverband erfragen

Erste und zweite erfolgreiche Teilnahme: Bronze

Dritte und vierte erfolgreiche Teilnahme: Silber

Ab der fünften erfolgreichen Teilnahme: Gold

Anleitung, Bedingungen, Prüfungsbogen, Prüfungskarte, Teilnehmerlisten zum Download unter <http://www.ju-jutsu.de>

Viel Spaß!





JJ-Jugend sportabzeichen Richtwerte



| | | ab 4.1 Kyu | | | | 5.1 bis 4. Kyu | | | | 6. bis 5. Kyu | | | | |
|--|---------------------|------------|-------|------|-------|----------------|-------|------|-------|---------------|-------|------|-------|-------|
| | | Einheit | bis 8 | ab 9 | ab 11 | ab 13 | bis 8 | ab 9 | ab 11 | ab 13 | bis 8 | ab 9 | ab 11 | ab 13 |
| Pratzen/Schlagpolster | | Sek. | - | - | 60 | 60 | - | 45 | 60 | 60 | 30 | 30 | 45 | 60 |
| Wurfausdauer | 60 Sek. | Anzahl | - | - | 11 | 12 | - | 8 | - | - | 5 | 6 | - | - |
| | 45 Sek. | Anzahl | - | - | - | - | - | - | 10 | 11 | - | - | 9 | 10 |
| Verkettungen/Flows <small>(nur eine dieser Aufgaben muß erfüllt werden)</small> | Dreierkontakt | Anzahl | - | - | 17 | 20 | - | 10 | 13 | 15 | 4 | 6 | 8 | 10 |
| | Atemiabwehr | Anzahl | - | - | 9 | 10 | - | 6 | 7 | 8 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| | WF- u. Gg'techniken | Anzahl | - | - | 5 | 5 | - | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 |
| Gleichgewichtsschulung | | Anzahl | - | - | 12 | 13 | - | 9 | 11 | 12 | 5 | 8 | 9 | 10 |
| Freie Darstellung / Kreativaufgabe | | Punkte | - | - | 6 | 6 | - | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 |
| Randori | | Punkte | - | - | 6 | 6 | - | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 |

Die Aufgaben können innerhalb eines Jahres auch an verschiedenen Trainingstagen erfüllt werden.
Für jede Aufgabe sind beliebig viele Versuche möglich.

Teilnahmegebühr
inkl. Urkunde:
Aufnäher:

bitte beim Landesverband erfragen
bitte beim Landesverband erfragen

Erste erfolgreiche Teilnahme: Bronze
Zweite erfolgreiche Teilnahme: Silber
Dritte erfolgreiche Teilnahme: Gold

Anleitung, Bedingungen, Prüfungsbogen, Prüfungskarte, Teilnehmerlisten zum Download unter <http://www.ju-jutsu.de>

Viel Spaß! 