

Prüfungsordnung

bis 3. DAN



Unsere Prüfer sind nicht daran interessiert möglichst viele Teilnehmer durchfallen zu lassen. Sie sehen vielmehr ihre Aufgabe darin, Qualität zu gewährleisten und Teilnehmer zu unterstützen.

das muss der Prüfling zum 10. Grad beherrschen - Gürtelfarbe **Gelb**

Mindestvorbereitungszeit: 2 Monate

- 3. Grundtechniken:** Fauststoß einfach, doppelt, dreifach Laufen in Vorwärts- und Rückwärtsstellung mit Handtechniken (Parade, Kampfstellung, Fauststoß, Handkante); **Stände:** Vorwärtsstand (Chongul), Rückwärtsstand (Hugol), Seitwärtsstand (Cima), kurzer Rückwärtsstand (Twitpal); **Kicks:** Vorwärtskick, Halbkreiskick und gestreckter Beinschwung nach oben, von innen nach außen und von außen nach innen. Alle Übungen im Stand, rechts und links.
- 4. Abrollen vorwärts und rückwärts**
- 5. Etikette (Ursprung Allkampf, Dojo-Regeln, Gürtelbinden)**

Prüfungsordnung



Unsere Prüfer sind nicht daran interessiert möglichst viele Teilnehmer durchfallen zu lassen. Sie sehen vielmehr ihre Aufgabe darin, Qualität zu gewährleisten und Teilnehmer zu unterstützen.

das muss der Prüfling zum 9. Grad beherrschen - Gürtelfarbe **Gelb/Orange**

Mindestvorbereitungszeit: 2 Monate

3. **Grundtechniken:** Fauststöße, Kicks, Schritte laufen
4. **Vorkenntnisse**
5. **Abrollen** nach vorne, nach hinten
7. **Selbstverteidigung** Griffe 1 – 10



Prüfungsordnung

Unsere Prüfer sind nicht daran interessiert möglichst viele Teilnehmer durchfallen zu lassen. Sie sehen vielmehr ihre Aufgabe darin, Qualität zu gewährleisten und Teilnehmer zu unterstützen.

das muss der Prüfling zum 8. Grad beherrschen - Gürtelfarbe **Orange**

Mindestvorbereitungszeit: 2 Monate

- 2. Grundtechniken:** Fauststöße, Kicks, Schritte laufen
- 3. Vorkenntnisse**
- 4. Abrollen** vorwärts und rückwärts
- 5. Selbstverteidigung** Griffe 11 – 20

Prüfungsordnung



Unsere Prüfer sind nicht daran interessiert möglichst viele Teilnehmer durchfallen zu lassen. Sie sehen vielmehr ihre Aufgabe darin, Qualität zu gewährleisten und Teilnehmer zu unterstützen.

das muss der Prüfling zum 7. Grad beherrschen - Gürtelfarbe **Orange/Grün**

Mindestvorbereitungszeit: 3 Monate

2. **Grundtechniken:** Fauststöße
3. **Beintechniken:** Jop-Chagi
4. **Vorkenntnisse**
5. **Fallschule:** Abrollen und alle Stürze - frei vorgetragen
6. **Selbstverteidigung** Griffe 21 –30

Prüfungsordnung



Unsere Prüfer sind nicht daran interessiert möglichst viele Teilnehmer durchfallen zu lassen. Sie sehen vielmehr ihre Aufgabe darin, Qualität zu gewährleisten und Teilnehmer zu unterstützen.

das muss der Prüfling zum 6. Grad beherrschen - Gürtelfarbe **Grün**

Mindestvorbereitung: 3 Monate; mindestens ein Lehrgang im Jahr ab 14 Jahre.

- 2. Grundtechniken:** Fauststöße auch im Sprung
- 3. Beintechniken:** Jop-Chagi und Dolly-Chagi
- 4. Vorkenntnisse**
- 5. Selbstverteidigung** Griffe 31 – 40
- 6. Erste Allkampf Kombination**
- 7. Fallschule:** Abrollen und alle Stürze, Abrollen vorwärts über Hindernis
- 8. Freikampf:** ein Angreifer im Wechsel mit Schlag- Kontakt- und Waffenangriffe
- 8. Bruchtest:** Ap-Chagi



Prüfungsordnung

Unsere Prüfer sind nicht daran interessiert möglichst viele Teilnehmer durchfallen zu lassen. Sie sehen vielmehr ihre Aufgabe darin, Qualität zu gewährleisten und Teilnehmer zu unterstützen.

das muss der Prüfling zum 5. Grad beherrschen - Gürtelfarbe **Grün/Blau**

**Mindestvorbereitung: 3 Monate;
und mindestens ein Lehrgang im Jahr ab 14 Jahre**

3. **Grundtechniken:** Fauststoß auch im Sprung
4. **Beintechniken:** Gesprungen auf Pratze
5. **Vorkenntnisse**
6. **Selbstverteidigung** Griffe 41 – 50
7. **Erste Allkampf Kombination**
8. **Fallschule:** Abrollen und alle Stürze und alle Stürze und Rollen über Hindernis
9. **Freikampf:** zwei Angreifer im Wechsel mit Schlag- Kontakt- und Waffenangriffe
8. **Bruchtest:** Außenhandkante



Prüfungsordnung

Unsere Prüfer sind nicht daran interessiert möglichst viele Teilnehmer durchfallen zu lassen. Sie sehen vielmehr ihre Aufgabe darin, Qualität zu gewährleisten und Teilnehmer zu unterstützen.

das muss der Prüfling zum 4. Grad beherrschen - Gürtelfarbe **Blau**

Mindestvorbereitungszeit 3 Monate

und mindestens ein Lehrgang im Jahr ab 14 Jahre

- 4. Grundtechniken; Fauststoß auch im Sprung**
- 5. 2 Beintechniken; Schlagtechniken auf Pratze**
- 6. Vorkenntnisse**
- 7. Selbstverteidigung Griffe 51 – 60**
- 8. Erste und zweite Allkampf Kombination**
- 9. Fallschule: Abrollen und alle Stürze; Alle Stürze und Rollen über zwei Hindernisse Fallschule mit Partner - Abrollen auf beiden Seiten**
- 10. Freikampf; zwei Angreifer im Wechsel mit Schlag- Kontakt- und Waffenangriffe**
- 11. Bruchtest; Jop-Chagi**



Prüfungsordnung

Unsere Prüfer sind nicht daran interessiert möglichst viele Teilnehmer durchfallen zu lassen. Sie sehen vielmehr ihre Aufgabe darin, Qualität zu gewährleisten und Teilnehmer zu unterstützen.

das muss der Prüfling zum 3. Grad beherrschen - Gürtelfarbe **Blau/Braun**

**Mindestvorbereitungszeit: 3 Monate
und mindestens ein Lehrgang im Jahr ab 14 Jahre**

4. **Grundtechniken:** Fauststoß auch im Sprung
5. **Beintechniken:** Sprungtechniken auf Pratze
6. **Vorkenntnisse**
7. **Selbstverteidigung** Griffe 61 – 70
8. **Erste und zweite Allkampf Kombination**
9. **Fallschule:** Abrollen und alle Stürze; Alle Stürze und Rollen über drei Hindernisse, Beine wegziehen von hinten – alles frei vorgetragen – freier Fall – mit Partner – Abrollen auf beiden Seiten
10. **Freikampf:** zwei Angreifer im Wechsel mit Schlag- Kontakt- und Waffenangriffe und andere Varianten
11. **Bruchtest:** Ellbogen oder Innenhandkante
12. **Theorie**



Prüfungsordnung

Unsere Prüfer sind nicht daran interessiert möglichst viele Teilnehmer durchfallen zu lassen. Sie sehen vielmehr ihre Aufgabe darin, Qualität zu gewährleisten und Teilnehmer zu unterstützen.

das muss der Prüfling zum 2. Grad beherrschen - Gürtelfarbe **Braun**

Mindestvorbereitungszeit: 6 Monate
und mindestens zwei Lehrgänge im Jahr

3. **Grundtechniken:** Fauststoß auch im Sprung
4. **Beintechniken:** auf Pratze
5. **Vorkenntnisse**
6. **Selbstverteidigung** Griffe 71 – 80 links und rechts
7. **Erste und zweite und dritte Allkampf Kombination**
8. **Fallschule:** Abrollen und alle Stürze; Alle Stürze und Rollen über drei Hindernisse
Abrollen über erhöhtes Hindernis - Beine wegziehen von hinten – alles frei vorgetragen – freier Fall – mit Partnereinwirkung Abrollen auf beiden Seiten
9. **Freikampf:** zwei Angreifer im Wechsel mit Schlag- Kontakt- und Waffenangriffe und andere Varianten 2 Minuten
10. **2 x Bruchtest:** Dollyo-Chagi aus dem Stand und eine gedrehte oder gesprungene Beintechnik
11. **Theorie aus dem Allkampf und dem Budosport und Notwehr- Nothilfeparagraph**

Prüfungsordnung



Unsere Prüfer sind nicht daran interessiert möglichst viele Teilnehmer durchfallen zu lassen. Sie sehen vielmehr ihre Aufgabe darin, Qualität zu gewährleisten und Teilnehmer zu unterstützen.

das muss der Prüfling zum 1. Grad beherrschen - Gürtelfarbe **Braun/Schwarz**

**Mindestvorbereitungszeit: 6 Monate
und mindestens zwei Lehrgänge im Jahr**

4. **Grundtechniken:** Fauststoß auch im Sprung
5. **Beintechniken** auf Pratze und frei
6. **Vorkenntnisse**
7. **Selbstverteidigung** Griffe 81 – 90 links und rechts
8. **Erste und zweite und dritte Allkampf Kombination**
9. **Erste Allkampf Form**
10. **Fallschule:** Abrollen und alle Stürze; Alle Stürze und Rollen über drei Hindernisse
Abrollen über erhöhtes Hindernis - Beine wegziehen von hinten – alles frei vorgetragen – freier Fall – Abrollen auf beiden Seiten
11. **Freikampf:** zwei Angreifer im Wechsel mit Schlag- Kontakt- und Waffenangriffe und andere Varianten – 2 Minuten
12. **3. Bruchtest:** Reihenbruchtest – Hand- und Fußtechnik und eine gedrehte oder eine gesprungene Beintechnik
13. **Theorie aus dem Allkampf-System und Budosport sowie Notwehrparagraph**
14. **Nothilfe Techniken zeigen**



Prüfungsordnung

Unsere Prüfer sind nicht daran interessiert möglichst viele Teilnehmer durchfallen zu lassen. Sie sehen vielmehr ihre Aufgabe darin, Qualität zu gewährleisten und Teilnehmer zu unterstützen.

das muss der Prüfling zum 1. DAN beherrschen - Gürtelfarbe **Schwarz**

- **Mindestalter 18 Jahre (Ausnahmegenehmigungen sind zulässig)**
Mindestvorbereitung 1 Jahr, zwei Vorbereitungslehrgänge
Erste Hilfe Nachweis (nicht älter als 2 Jahre)
Lehrprobe/ Lehrbefähigung aus dem Allkampf-Jitsu (praktisch und schriftlich)
- 2. **Grundtechniken**
- 3. **Beintechniken**
- 4. **Vorkenntnisse**
- 5. **Selbstverteidigung** Griffe 91 – 105 links und rechts
- 6. **Erste und zweite und dritte Allkampf Kombination**
- 7. **Erste und Zweite Allkampf Form**
- 8. **Fallschule:** Abrollen und alle Stürze; Alle Stürze und Rollen über vier Hindernisse.
Abrollen über erhöhtes Hindernis - Beine wegziehen von hinten – alles frei vorgetragen – freier Fall - Abrollen auf beiden Seiten – mit Partner
- 9. **Freikampf:** Zwei Angreifer im Wechsel mit Schlag- Kontakt- und Waffenangriffe und andere Varianten – 2 Minuten
- 10. **Drei Bruchtests:** Reihenbruchtest – Hand- und Fußtechnik und eine gedrehte oder eine gesprungene Beintechnik
- 11. **Theorieprüfung** aus dem Allkampfsystem dem Budosport und der Traininglehre



Prüfungsordnung

Unsere Prüfer sind nicht daran interessiert möglichst viele Teilnehmer durchfallen zu lassen. Sie sehen vielmehr ihre Aufgabe darin, Qualität zu gewährleisten und Teilnehmer zu unterstützen.

das muss der Prüfling zum 2. DAN beherrschen - Gürtelfarbe **Schwarz**

- **Mindestvorbereitung 2 Jahre, Mindestalter 18 Jahre**
Zwei Vorbereitungslehrgänge
Erste Hilfe Nachweis (nicht älter als 2 Jahre)
Lehrprobe/ Lehrbefähigung aus dem Allkampf-Jitsu (praktisch und schriftlich)
- 2. **Vorkenntnisse** entsprechend 1. DAN
- 3. **Selbstverteidigung** Griffe 106 - 130 links und rechts
- 4. **Erste** und **zweite** und **dritte** Allkampf Kombination
- 5. **1., 2. und 3. Allkampf Form**
- 6. **Fallschule:** Abrollen und alle Stürze; Alle Stürze und Rollen über vier Hindernisse.
Abrollen über erhöhtes Hindernis - Beine wegziehen von hinten – alles frei vorgetragen
– freier Fall - Abrollen auf beiden Seiten – mit Partner
- 7. **Freikampf:** Zwei Angreifer im Wechsel mit Schlag- Kontakt- und Waffenangriffe und andere Varianten – 2 Minuten
- 8. **Drei Bruchtests:** Reihenbruchtest – Hand- und Fußtechnik und eine gedrehte oder eine gesprungene Beintechnik
- 9. **Theorieprüfung** aus dem Allkampfsystem dem Budosport und der Traininglehre



Prüfungsordnung

Unsere Prüfer sind nicht daran interessiert möglichst viele Teilnehmer durchfallen zu lassen. Sie sehen vielmehr ihre Aufgabe darin, Qualität zu gewährleisten und Teilnehmer zu unterstützen.

das muss der Prüfling zum 3. DAN beherrschen - Gürtelfarbe **Schwarz**

- **Mindestvorbereitung 3 Jahre, Mindestalter 21 Jahre**
Zwei Vorbereitungslehrgänge
Erste Hilfe Nachweis (nicht älter als 2 Jahre)
Lehrprobe/ Lehrbefähigung aus dem Allkampf-Jitsu (praktisch und schriftlich)

- 3. **Vorkenntnisse entsprechend 2. DAN**
- 4. **Selbstverteidigung** Griffe 131 - 160 links und rechts
- 5. **Erste und zweite und dritte Allkampf Kombination**
- 6. **1., 2., 3. und 4. Form**
- 7. **Fallschule:** Abrollen und alle Stürze; Alle Stürze und Rollen über vier Hindernisse.
Abrollen über erhöhtes Hindernis - Beine wegziehen von hinten – alles frei vorgetragen – freier Fall - Abrollen auf beiden Seiten – mit Partner
- 8. **Freikampf:** Zwei Angreifer im Wechsel mit Schlag- Kontakt- und Waffenangriffe und andere Varianten – 2 Minuten
- 9. **Drei Bruchtests:** Reihenbruchtest – Hand- und Fußtechnik und eine gedrehte oder eine gesprungene Beintechnik
- 8. **Theorieprüfung** aus dem Allkampfsystem dem Budosport und der Trainingslehre