



# Prüfungsprogramm

der Deutschen Allkampf Union e.V.

## Allkampf-Jitsu



nach dem Originalsystem von Jakob Beck

Bei den Prüfungsanforderungen werden Alter und Geschlecht der Prüflinge berücksichtigt. Geprüft werden neben den technischen Erfordernissen, Einsatz sowie körperliche Fitness. Die angegebenen Wartezeiten der einzelnen Gürtelgrade sind grundsätzlich einzuhalten. Bei besonderer Trainingsleistung kann jedoch mit Rücksprache des Trainers davon abgewichen oder auch ein Gürtel übersprungen werden. Bei Dan-Graden jedoch nicht mehr als 25% der Wartezeit.

Der Prüfungsablauf und die Reihenfolge des Prüfungsprogramms ist den Prüfern freigestellt. Vor der Zulassung zu einer Prüfung kann vom Prüfling der Nachweis von regelmäßigen Teilnahmen an DAU - Budo-Lehrgängen und fachspezifischen Weiterbildungen gefordert werden, z.B. durch Eintragungen im Budo-Pass oder durch Urkunden. Es liegt im Ermessen der Prüfer die Anforderungen anzupassen.

**Bruchtestbretterstärke: ab 18 Jahren - Männer 3 cm, - Frauen und Jugendliche 2,5 cm, Kinder 1,5 cm.**

**Waffentechniken (Pistole und Messer) werden erst ab einem Alter von 14 Jahren verlangt.**

### Prüfungsprogramm für den 10. Kyu-Grad: (Gürtel gelb).

Mindestvorbereitungszeit: 1 Monat

1. Dojo-Etikette
2. Gürtel binden (nur Kinder)
3. Grundkenntnisse z. B. für Fauststöße, Fußkicks, Grundstände, Kampfstellungen, laufen in Grundstellungen und einfache Blockstellungen.
4. Abrollen vorwärts und rückwärts

### Prüfungsprogramm für den 9. Kyu-Grad: (Gürtel gelb mit orange Streifen).

Mindestvorbereitungszeit: 2 Monate.

1. Grundtechniken: Fauststoß einfach, doppelt und dreifach. Laufen in Vorwärts- und Rückwärtsstellung. Aufwärtsfußschwung gestreckt und Aufwärtsfußstoß. Jede Technik wird mehrmals wiederholt.
2. Abrollen vorwärts und rückwärts.
3. Überprüfen des vorherigen Ausbildungsprogramms.
4. Techniken aus dem offiziellen Ausbildungsprogramm zum 9. Kyu-Grad.

### Prüfungsprogramm für den 8. Kyu-Grad: (Gürtel orange).

Mindestvorbereitungszeit: 3 Monate.

1. Grundtechniken: Fauststoß einfach, doppelt und dreifach. Aufwärtsfußschwung gestreckt vorwärts und seitlich; Aufwärtskick und Seitkick.
2. Abrollen vorwärts und rückwärts.
3. Überprüfung der vorherigen Ausbildungsprogramme.
4. Techniken aus dem offiziellen Ausbildungsprogramm zum 8. Kyu-Grad.



# Prüfungsprogramm

der Deutschen Allkampf Union e.V.

## Allkampf-Jitsu



nach dem Originalsystem von Jakob Beck

---

### **Prüfungsprogramm für den 7. Kyu-Grad: (Gürtel orange mit grünem Streifen)**

Mindestvorbereitungszeit: 3 Monate.

1. Falltechniken links und rechts.
2. Aufwärtskick im Sprung.
3. Abrolltechniken.
4. Überprüfen der vorherigen Ausbildungsprogramme.
5. Techniken aus dem offiziellen Ausbildungsprogramm zum 7. Kyu-Grad.

### **Prüfungsprogramm für den 6. Kyu-Grad: (Gürtel grün)**

Mindestvorbereitungszeit: 3 Monate.

1. Erste Allkampf-Kombination.
2. Falltechniken nach vorne.
3. Abrolltechniken.
4. Rundkick rechts und links auf Handpratze.
5. Überprüfen der vorherigen Ausbildungsprogramme.
6. Techniken aus dem offiziellen Ausbildungsprogramm zum 6. Kyu-Grad.
7. Bruchtest: Aufwärtsfußkick

### **Prüfungsprogramm für den 5. Kyu-Grad: (Gürtel grün mit blauem Streifen)**

Mindestvorbereitungszeit: 3 Monate.

1. Erste Allkampf-Kombination.
2. Falltechnik rückwärts.
3. Gesprungener Seitkick auf Handpratze.
4. Überprüfen der vorherigen Ausbildungsprogramme.
5. Techniken aus dem offiziellen Ausbildungsprogramm zum 5. Kyu-Grad.
6. Zehnmal freier Angriff durch einen Gegner.
7. Bruchtest: Faustschlag seitlich (Hammerschlag).

### **Prüfungsprogramm für den 4. Kyu-Grad: (Gürtel blau)**

Mindestvorbereitungszeit: 3 Monate.

1. Erste und zweite Allkampf-Kombination.
2. Abrollen über ein Hindernis.
3. Drehfußkick auf Handpratze.
4. Überprüfen der vorherigen Ausbildungsprogramme.
5. Techniken aus dem offiziellen Ausbildungsprogramm zum 4. Kyu-Grad.
6. Zehnmal freier Angriff durch einen Gegner.
7. Bruchtest: Seitkick aus dem Stand.



# Prüfungsprogramm

der Deutschen Allkampf Union e.V.

## Allkampf-Jitsu



nach dem Originalsystem von Jakob Beck

---

### **Prüfungsprogramm zum 3. Kyu-Grad: (Gürtel blau mit braunem Streifen)**

Mindestvorbereitungszeit: 3 Monate.

1. Erste und zweite Allkampf-Kombination.
2. Abrollen über zwei Hindernisse.
- 3: Sprungkick auf Handpratze.
4. Überprüfen der vorherigen Ausbildungsprogramme.
5. Techniken aus dem offiziellen Ausbildungsprogramm zum 3. Kyu-Grad.
6. Zehnmal freier Angriff durch einen Gegner.
7. Bruchtest: Handkante außen.

### **Prüfungsprogramm zum 2. Kyu-Grad: (Gürtel braun)**

Mindestvorbereitungszeit: 6 Monate

1. Erste und zweite Allkampf-Kombination.
2. Abrollen über erhöhtes, doppeltes Hindernis.
3. Fersendrehschlag auf die Handpratze
4. Überprüfen der vorherigen Ausbildungsprogramme.
5. Techniken aus dem offiziellen Ausbildungsprogramm zum 2. Kyu-Grad.
6. Zehnmal freier Angriff durch einen Gegner.
7. Bruchtest: Rundkick aus dem Stand.

### **Prüfungsprogramm zum 1. Kyu-Grad: (Gürtel braun mit schwarzem Streifen)**

Mindestvorbereitungszeit: 6 Monate

1. Erste, zweite und dritte Allkampf-Kombination.
2. Erste Allkampf-Form.
3. Alle Abrolltechniken.
4. Alle Falltechniken.
5. Überprüfung der vorherigen Ausbildungsprogramme.
6. Techniken aus dem offiziellen Ausbildungsprogramm zum 1. Kyu-Grad.
7. Zehnmal freier Angriff durch einen Gegner.
8. Bruchtest: Außen- und Innenhandkante fließend verbunden geschlagen. Im Anschluß Fersendrehschlag.
9. Theorie: Allkampfsystem und Notwehrparagrah.



# Prüfungsprogramm

der Deutschen Allkampf Union e.V.

## Allkampf-Jitsu



nach dem Originalsystem von Jakob Beck

---

### **Prüfungsprogramm für den 1. Dan: (Gürtel schwarz, 1 weißer Streifen)**

Mindestvorbereitungszeit: 12 Monate.

Mindestalter: 16 Jahre

1. Erste, zweite und dritte Allkampf-Kombination.
2. Erste und zweite Allkampf-Form.
3. Abroll- und Falltechniken fließend vorgetragen.
4. Überprüfen der vorherigen Ausbildungsprogramme.
5. Techniken aus dem offiziellen Ausbildungsprogramm zum 1. Dan-Grad (Techniken bis 103)
6. Je zehnmal freier Angriff durch zwei Gegner.
7. Bruchtest: Fauststoß und Sprungseitkick oder nach Vorgabe des Prüfers
8. Theorie: Allgemeinkenntnisse über Budo-Sportarten.

### **Prüfungsprogramm für den 2. Dan: (Gürtel schwarz, 2 weiße Streifen)**

Mindestvorbereitungszeit: 24 Monate.

Mindestalter: 18 Jahre.

1. Erste, zweite und dritte Allkampf-Kombination.
2. Erste, zweite und dritte Allkampf-Form.
3. Abroll- und Falltechniken fließend vorgetragen.
4. Überprüfen der vorherigen Ausbildungsprogramme.
5. Techniken aus dem offiziellen Ausbildungsprogramm zum 2. Dan-Grad.
6. Je zehnmal freier Angriff durch zwei Gegner.
7. Bruchtest: Dreifacher Reihenbruchtest freier Wahl oder nach
8. Theorie: Schriftlich aus der Trainingslehre.  
(Die Arbeit ist rechtzeitig vor der Prüfung abzugeben).

### **Prüfungsprogramm für den 3. Dan: (Gürtel schwarz mit 3 weißen Streifen)**

Mindestvorbereitungszeit: 36 Monate

Mindestalter: 21 Jahre

1. Erste, zweite und dritte Allkampf-Kombination.
2. Erste, zweite, dritte und vierte Allkampf-Form.
3. Abroll- und Falltechniken fließend vorgetragen.
4. Überprüfen der vorherigen Ausbildungsprogramme.
5. Techniken aus dem offiziellen Ausbildungsprogramm zum 3. Dan-Grad.
6. Je zehnmal freier Angriff durch zwei Gegner.
7. Bruchtest: Dreifacher Reihenbruchtest mit mindestens einer gesprungenen Fußtechnik.
8. Nachweis eines aktuellen Lehrgangs für Erste Hilfe.