

4. Kyu: orange - grüner Gürtel

12 Monate Wartefrist zwischen 5. Kyu und 4. Kyu

Vorname Name: _____


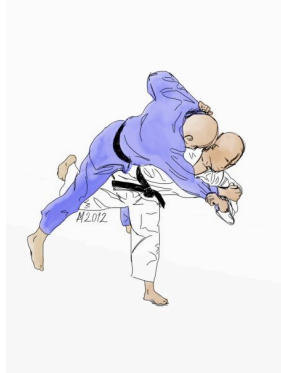
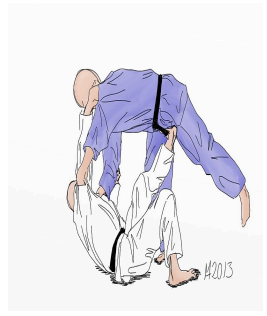

Prüfungsgebühr inkl. Gürtel: CHF 30.- () Ja
ohne Gürtel : CHF 20.- () ja

Prüfungsdatum: _____

Prüfer/in: _____

Punkteverteilung pro „Aufgaben Block“
zwischen 6 und 1
(Sehr gut =6 Punkte; nicht erfüllt 1 Punkt)

Minimal zwei Kampfeinsätze an Wettkämpfen
nach der letzten Prüfung () erfüllt.
Prüfungszulassung () Ja/Nein

Punkte _____	Falltechnik Alle Falltechniken mit freiem Fall			
Grundform der Wurf-techniken Punkte _____	Tani Othosi <small>© TSVE Bielefeld e. V.</small> 	Harai Goshi 	Tomoe Nage 	Ushiro Goshi 
Grundform der Boden-techniken Punkte _____	bis 11 Jahre Haltekreis 1-5	ab 12 Jahre Ude gatame Waki gatame		
Anwendungs- aufgaben Stand Punkte _____	<ul style="list-style-type: none"> - Wurf nach Wahl aus einer sinnvollen Ausgangsposition Werfen - 2 Kombinationen nach freier Wahl - 2 Kontertechniken nach freier Wahl - Verteidigen durch Blocken gegen zwei verschiedene Eindrehtechniken 			
Anwendungs- aufgaben Boden Punkte _____	<p>Älter als 12 Jahre Aus der eigenen Rückenlage Ude gatame oder Juji –gatame ausführen Aus Kuzure kesa Gatame Waki gatame ausführen Aus der eigenen Bankposition zu Waki –gatame kommen</p> <p>Alle Bei Übergang vom Stand zum Boden die Chance zum erfolgreichen Angriff oder zur notwendigen Verteidigung nutzen. (mind. 4 Varianten zeigen)</p>			
Randori Punkte _____	Würfe aus verschiedenen Griffen werfen. (Randori spielen) mind. 5 Minuten			

TOTAL Punktezahl der Prüfung _____
Prüfung gilt als bestanden bei einer min. Punktzahl von 24

Prüfungsergebnis : _____ V082015
(bestanden/nicht bestanden)