



## 7. Kyu

Sishi Kyu - 7. Schülergrad

Gelber Gürtel

Deutscher Judo-Bund Prüfungsordnung für Kyu-Grade „Materialien für Multiplikatoren“ , 15.11.2004

7. Kyu: gelber Gürtel  
Mindestalter:  
8. Lebensjahr (Jahrgang)

### Deutscher Judo-Bund e. V. Prüfungsprogramm

<b>Falltechnik</b> (4 Aktionen)	rückwärts	seitwärts (beidseitig)	Judorolle beidseitig vorwärts mit Liegen-Bleiben <b>oder</b> Aufstehen	
<b>Grundform der Wurftechniken</b> (7 Aktionen)	O-goshi (beidseitig)	Uki-goshi (beidseitig)	O-uchi-gari (beidseitig)	Seoi-otoshi
<b>Grundform der Bodentechniken</b> (6 Aktionen)	Kesa-gatame beidseitig	Yoko-shiho-gatame beidseitig	Tate-shiho-gatame	Kami-shiho-gatame
<b>Anwendungs- aufgabe Stand</b> (2 Aktionen)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wenn Uke schiebt und/ oder vorkommt wirft Tori mit Uki-goshi oder O-goshi oder Seoi-otoshi</li> <li>• Wenn Uke zieht und/ oder zurückgeht wirft Tori O-uchi-gari</li> </ul>			
<b>Anwendungs- aufgabe Boden</b> (7 Aktionen)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Je 1 Befreiung aus den 4 Haltegriffen</li> <li>• Je 1 Angriff gegen einen in der Bankposition und einen in der Bauchlage befindlichen Uke mit Haltegriff beenden</li> <li>• 1 Wechsel von Haltegriff zu Haltegriff unter Ausnutzung der Befreiungsversuche von Uke</li> </ul>			
<b>Randori</b> (3-5 Randori a`l min.)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bodenrandori beginnen, nachdem Uke nach einem Wurf eine korrekte Falltechnik gemacht hat</li> </ul>			