

Bijlage 6

Vaardigheidseisen
40 + Dan examens

Vaardigheidseisen 40 + Dan examens

1^{de} DAN

Kata:

Eerste twee series van Ebo-No-Kata.

Technieken:

Acht onderdelen*, alle onderdelen voor, achter en zijwaarts. (Vooraf doorgeven)

Vrij gevecht:

1 minuut met 1 ongewapende aanvaller.

2^{de} DAN nidan

Kata:

Ne-Waza-Jitsu-Kata

Technieken:

12 Onderdelen *, alle onderdelen voor, achter en zijwaarts. (Vooraf doorgeven)

Vrij gevecht:

1 minuut met 1 gewapende aanvaller.

3^{de} DAN sandan

Werkstuk over een beweging of groep bewegingen. (1 maand van te voren, samen met examenaanvraag inleveren en op examen uitvoeren)

Kata:

Ne-Waza-Jitsu-Kata en de derde en vierde serie van Ebo-No-Kata.

Technieken:

Vijftien onderdelen*, alle onderdelen voor, achter en zijwaarts. (Vooraf doorgeven) waarvan verplicht een combinatie en een overname.

Vrij gevecht:

1 minuut met 1 gewapende en 1 ongewapende aanvaller.

4^{de} DAN
yodan

Werkstuk over mesaanvallen. (1 maand van te voren, samen met examenaanvraag inleveren en op examen uitvoeren)

Kata:

Ne-Waza-Jitsu-Kata en Ebo-No-Kata

Technieken:

Zestien onderdelen*, alle onderdelen voor, achter en zijwaarts. (Vooraf doorgeven)

Vrij gevecht:

1 minuut met 1 gewapende en 1 ongewapende aanvaller.

5^{de} DAN
godan

Kata:

Goshin-Jitsu-Kata

Technieken:

Zestien onderdelen*, alle onderdelen voor, achter en zijwaarts.

Vrij gevecht:

1 minuut met twee gewapende aanvallers

Bevordering naar hogere Dan-graden op voordracht van de C.J.J.F. commissies.

*** Onderdelen techniek:**

1. Handaanvallen
2. Middelaanvallen
3. Hoofdaanvallen
4. Kledingaanvallen
5. Mesaanvallen
6. Touwaanvallen
7. Wurgingen
8. Polsaanvallen
9. Schoppen
10. Slagen en stoten
11. Wurgingen op de grond
12. Duikaanvallen
13. Opbrenggrepen
14. Combinaties

- 15. Overnames
- 16. Stokaanvallen
- 17. Wurgingen tegen de muur
- 18. Atemi's. [eigen werkstuk]

Toelatingseisen Dan graden Jiu-Jitsu.

- **1^{ste} Dan:** – Minimaal 1 jaar lid C.J.J.F. en 1 jaar 1e kyu.
- **2^{de} Dan:** – 2 jaar tijd tussen van 1e naar 2e Dan.
- **3^{de} Dan:** – 3 jaar tijd tussen van 2e naar 3e Dan.
- **4^{de} Dan:** – 4 jaar tijd tussen 3e naar 4e Dan.
- **5^{de} Dan:** – 4 jaar tijd tussen 4e naar 5e Dan.

