



## Prüfungsprogramm Kinder bis 15 Jahren

### 6. Kyu – Weiß-Gelb-Gurt

Mindestalter 7 Jahre

Stand ab 2024

**1. Falltechniken:** Sturz seitwärts

**2. Grundtechniken in Kombination:**

1. Haltetechnik in seitlicher Position und Übergang zur Kreuzposition
2. Passivblock Kopfhöhe
3. Passivblock am Rumpf
4. Griff lösen
5. Griff sprengen
6. Handballentechnik
7. Hammerfaustschlag
8. Armstreckhebel zum Boden
9. Seitstreckhebel
10. Beinstellen

**3. Freie Selbstverteidigung:** (3 von 4 Angriffen werden abgefragt)

1. Ohrfeige
2. Ein Handgelenk wird mit beiden Händen gefasst
3. Körperumklammerung von vorn unter den Armen
4. Schwitzkasten von der Seite

**4. Anwendungsformen:**

1. Demonstration von Handballentechniken gegen Pratzen
  - Führhand – Schlaghand
  - Führhand – Schlaghand – Hammerfaust
2. Anwendung Handballen / Handflächentechniken gegen einen Partner  
(Schutzausrüstung: Tiefschutz männliche Prüflinge)