



JJ-Jugend sportabzeichen Richtwerte



	Einheit	ab 4.1 Kyu				5.1 bis 4. Kyu				6. bis 5. Kyu				
		bis 8	ab 9	ab 11	ab 13	bis 8	ab 9	ab 11	ab 13	bis 8	ab 9	ab 11	ab 13	
Pratzen/Schlagpolster	Sek.	-	-	60	60	-	45	60	60	30	30	45	60	
Wurfausdauer	60 Sek.	Anzahl	-	-	11	12	-	8	-	-	5	6	-	-
	45 Sek.	Anzahl	-	-	-	-	-	-	10	11	-	-	9	10
Verkettungen/Flows <small>(nur eine dieser Aufgaben muß erfüllt werden)</small>	Dreierkontakt	Anzahl	-	-	17	20	-	10	13	15	4	6	8	10
	Atemiabwehr	Anzahl	-	-	9	10	-	6	7	8	3	4	5	6
	WF- u. Gg'techniken	Anzahl	-	-	5	5	-	4	4	4	2	3	3	3
Gleichgewichtsschulung	Anzahl	-	-	12	13	-	9	11	12	5	8	9	10	
Freie Darstellung / Kreativaufgabe	Punkte	-	-	6	6	-	6	6	6	6	6	6	6	
Randori	Punkte	-	-	6	6	-	6	6	6	6	6	6	6	

Die Aufgaben können innerhalb eines Jahres auch an verschiedenen Trainingstagen erfüllt werden.
Für jede Aufgabe sind beliebig viele Versuche möglich.

Teilnahmegebühr
inkl. Urkunde:
Aufnäher:

bitte beim Landesverband erfragen
bitte beim Landesverband erfragen

Erste erfolgreiche Teilnahme: Bronze
Zweite erfolgreiche Teilnahme: Silber
Dritte erfolgreiche Teilnahme: Gold

Anleitung, Bedingungen, Prüfungsbogen, Prüfungskarte, Teilnehmerlisten zum Download unter <http://www.ju-jutsu.de>

Viel Spaß! 