

THEORIE ZUR ORANGEGURTPRÜFUNG - 7. KYU/MON

1. Gürtelgradsystem in unserem Verband

- Meistergrade = DAN (ab 18 J. nach Durchlaufen der Kyu-Grade)
- Schülergrade = KYU (ab 14 J.)
- Jugendgrade = MON (8 - 14 J.)

Mon-Grade (Jugendgrade)	Kyu-Grade (Schülergrade)	Dan-Grade (Meistergrade)
1. Mon - blau	1. Kyu Stufe 3 - braun mit 3 rot. Streif.	10. Dan - rot
2. Mon - weiß-blau	2. Kyu Stufe 2 - braun mit 2 rot. Streif.	9. Dan - rot
3. Mon - grün	3. Kyu Stufe 1 - braun mit 1 rot. Streif.	8. Dan - rot m. schwarz. Streif.
4. Mon - weiß-grün	4. Kyu - braun	7. Dan - rot m. schwarz. Streif.
5. Mon - orange	5. Kyu - blau	6. Dan - rot m. schwarz. Streif.
6. Mon - weiß-orange	6. Kyu - grün	5. Dan - schwarz
7. Mon - gelb	7. Kyu - orange	4. Dan - schwarz
8. Mon - weiß-gelb	8. Kyu - gelb	3. Dan - schwarz
		2. Dan - schwarz
		1. Dan - schwarz

Die Grade vom 1. bis 5. Dan sind Meistergrade, die vom 6. Bis 10. Dan Großmeistergrade.

2. Kurzdefinition: Jiu-Jitsu (Name, Inhalte, Ziele)

Name: Der Name (alte, englische Schreibweise) setzt sich aus den Teilen "Jiu" oder "Ju" (sanft, nachgiebig) und "Jitsu" oder Jutsu (Kunst) zusammen und wird wörtlich mit "sanfte Kunst" übersetzt. Ausführlich kann man es, wenn man das Prinzip der Art verdeutlichen will, mit "die Kunst, durch Nachgeben zu siegen" übersetzen. Die heutige japanische Schreibweise ist JU JUTSU ("djschu djschutz"). Wir halten uns jedoch an die eigentlich falsche, aber nunmehr traditionelle Schreibweise JIU-JITSU. Die Aussprache wäre demzufolge "djschu djschitz". Wir aber halten uns an die nunmehr eingedeutschte Aussprache "ju jitzu". Die Abkürzung JIU (Aussprache:"djschiu") ist falsch und sollte nicht benutzt werden.

- **Grundelemente:** Die wichtigsten Grundelemente der Praxis des Jiu-Jitsu sind SCHLÄGE, TRITTE, WÜRFE, HEBEL, die in eine Folge von Techniken (Einleitung => Ablenken/Blocken/Ausweichen, Hauptteil => Grundelement, Ausklang => Festlegen/Abtransportieren) eingebettet sind, die wiederum als Ganzes eine Abwehr darstellen.

- **Sportliches Ziel:** Das sportliche Ziel des Jiu-Jitsu ist nicht der Wettkampf, sondern die "reine Selbstverteidigung".

- **Geistiges Ziel:** Die eigenen Leidenschaften sollen kontrolliert, der Charakter geformt und letztendlich eine geistige Reife erreicht werden.

- **Schnellform:** "sanfte Kunst" oder "die Kunst durch Nachgeben zu siegen", Grundelemente: "Schläge, Tritte, Würfe, Hebel", Sportliches Ziel: "reine Selbstverteidigung", Geistiges Ziel: "geistige Reife"

3. Geschichtliche Entwicklung des Jiu-Jitsu (Kurzform)

Der eigentliche Ursprung des Jiu-Jitsu ist nicht eindeutig geklärt. Es gibt eine Reihe von Legenden, die den Ursprung in unterschiedlichen Ländern (Japan, China, Mongolei, Indien) suchen. Man kann sagen, dass Jiu-Jitsu zu unbestimmbarer Zeit in Japan aufgetaucht ist und dort zu hoher Blüte gebracht worden ist. Im 18. Jahrhundert n. Chr. erhielten die unter verschiedenen Namen existierenden Stile eine Sammelbezeichnung, den Namen "Jiu-Jitsu". Um 1900 trugen Japaner, Europäer u.a. diese Kampfkunst auch nach Europa, so auch nach Deutschland. Hier griffen verschiedene Leute diese Kunst auf, praktizierten und veränderten sie. Einer der bedeutendsten Wegbereiter für das Jiu-Jitsu in Deutschland war ERICH RAHN.

-**Schnellform:** Ursprung unbekannt, zu unbestimmbarer Zeit in Japan aufgetaucht und dort zu hoher Blüte gebracht, im 18. Jh.n.Chr. erhielten verschiedene Stile den Sammelnamen "Jiu-Jitsu", um 1900 erreicht Jiu-Jitsu Deutschland, hier wird es maßgeblich von ERICH RAHN verbreitet