

2. Kyu (blau): „Die Judo-Taktik“						
Ukemi-Waza und Partnerverhalten	Ukemi-Waza (=Falltechniken) – alle bisherigen Ukemi-Waza					
	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 20%;">Yoko-Ukemi</td> <td style="width: 20%;">Ushiro-(Mawari)-Ukemi</td> <td style="width: 20%;">Mae-Ukemi</td> <td style="width: 20%;">Mae-Mawari-Ukemi</td> <td style="width: 20%;">Chugaeri-Ukemi</td> </tr> </table>	Yoko-Ukemi	Ushiro-(Mawari)-Ukemi	Mae-Ukemi	Mae-Mawari-Ukemi	Chugaeri-Ukemi
	Yoko-Ukemi	Ushiro-(Mawari)-Ukemi	Mae-Ukemi	Mae-Mawari-Ukemi	Chugaeri-Ukemi	
	Partnerverhalten					
	Herstellen der Ausgangssituation für die Anwendung					
Abwehrverhalten gegen Würgetechniken siehe Skript (3.DAN) und „JUDO“ (Seite 102)						
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 50%; vertical-align: top;"> von Nage-Waza (siehe „JUDO“, Seite 47) Positionen zum Gegner: - frontal, Ai-Yotsu, Kenka-Yotsu Faßarten (Kumi-Kata [K-K]): - einseitig, beidseitig, 2:0 - Eri-K-K, Kubi-K-K, Koshi-K-K, Obi-K-K, Ashi-K-K Gehen/Bewegen auf der Matte: - Ayumi-Ashi, Tsuru-Ashi, Tsugi-Ashi, Tai-Sabaki </td> <td style="width: 50%; vertical-align: top;"> von Katame-Waza (siehe „JUDO“, Seite 102) Ausgangssituationen Übergang Stand-Boden beidseitig im Kniestand UKE/TORI in Banklage UKE/TORI in Bauchlage UKE/TORI mit Beinklammer UKE/TORI mit Beinschere </td> </tr> </table>	von Nage-Waza (siehe „JUDO“, Seite 47) Positionen zum Gegner: - frontal, Ai-Yotsu, Kenka-Yotsu Faßarten (Kumi-Kata [K-K]): - einseitig, beidseitig, 2:0 - Eri-K-K, Kubi-K-K, Koshi-K-K, Obi-K-K, Ashi-K-K Gehen/Bewegen auf der Matte: - Ayumi-Ashi, Tsuru-Ashi, Tsugi-Ashi, Tai-Sabaki	von Katame-Waza (siehe „JUDO“, Seite 102) Ausgangssituationen Übergang Stand-Boden beidseitig im Kniestand UKE/TORI in Banklage UKE/TORI in Bauchlage UKE/TORI mit Beinklammer UKE/TORI mit Beinschere	passive Verteidigung: - Abschirmen des Halses aktive Verteidigung: Störung während der Phasen im Boden (Griffvorbereitung – Griffansatz – Griffvollstreckung) - Verhinderung des Griffansatzes - Umschlingen des Halses verhindern - der Hauptdruckrichtung/Wirkrichtung ausweichen - Unterbrechung der Arbeitsweise der jeweiligen Würge			
von Nage-Waza (siehe „JUDO“, Seite 47) Positionen zum Gegner: - frontal, Ai-Yotsu, Kenka-Yotsu Faßarten (Kumi-Kata [K-K]): - einseitig, beidseitig, 2:0 - Eri-K-K, Kubi-K-K, Koshi-K-K, Obi-K-K, Ashi-K-K Gehen/Bewegen auf der Matte: - Ayumi-Ashi, Tsuru-Ashi, Tsugi-Ashi, Tai-Sabaki	von Katame-Waza (siehe „JUDO“, Seite 102) Ausgangssituationen Übergang Stand-Boden beidseitig im Kniestand UKE/TORI in Banklage UKE/TORI in Bauchlage UKE/TORI mit Beinklammer UKE/TORI mit Beinschere					
Nage-Waza (Wurftechniken) <small>„wenn -> dann-Situationen“</small>	-18- Wurftechniken, mindestens -6- aus dem Erweiterungsprogramm [(!) = Pflicht]					
	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 50%; background-color: #f0e68c;">Grundprogramm</td> <td style="width: 50%; background-color: #408040; color: white;">Erweiterungsprogramm</td> </tr> </table>	Grundprogramm	Erweiterungsprogramm			
	Grundprogramm	Erweiterungsprogramm				
	<ul style="list-style-type: none"> • Te-Waza (Morote-) Seoi-Nage, Ippon-Seoi-Nage, Tai-Otoshi • Koshi-Waza O-Goshi, Uki-Goshi, Koshi-Guruma, Tsuru-Komi-Goshi, Sode-Tsuru-Komi-Goshi, Harai-Goshi • Ashi-Waza De-Ashi-Barai, Sasae-Tsuru-komi-Ashi, O-Soto-Gari, O-Uchi-Gari, Ko-Uchi-Gari, Ko-Soto-Gari (oder Ko-Soto-Gake), Uchi-Mata 	<ul style="list-style-type: none"> • Te-Waza Kata-Guruma, Uki-Otoshi • Koshi-Waza Tsuru-Goshi, Utsuri-Goshi • Ashi-Waza Ashi-Guruma, Okuri-Ashi-Barai • Ma-Sutemi-Waza Tomoe-Nage, Sumi-Gaeshi (!), Ura-Nage • Yoko-Sutemi-Waza Tani-Otoshi, Soto-Maki-Komi (!), Ko-Uchi-Maki-Komi 				
	-1- Konter-Technik	-1- Finte	-1- Kombination			
zum Beispiel: UKE greift mit De-Ashi-Barai an TORI weicht aus und wirft Tsubame-Gaeshi	zum Beispiel: O-Goshi-Finte -> Tani-Otoshi	zum Beispiel: TORI greift mit Ippon-Seoi-Nage an UKE blockt TORI kombiniert -> wirft Ko-Uchi-Maki-Komi				
Grifferarbeitung (einschließlich Grifflösung) und mit Wurf abschließen aus Ai-Yotsu	Grifferarbeitung (einschließlich Grifflösung) und mit Wurf abschließen aus Kenka-Yotsu					
1. UKE fäßt mit Eri-Kumi-Kata zu, 2. TORI löst UKEs Revers-Griff und fäßt selbst im Ai-Yotsu Eri-Kumi-Kata 3. aus sich ergebender Vorwärts- oder Rückwärts- oder Seitwärts-Bewegung wirft TORI	4. UKE fäßt mit Eri-Kumi-Kata zu, 5. TORI greift über UKEs Revers-Griff selbst zum Revers von UKE und steht nun in Kenka-Yotsu 6. TORI drängt UKE nun an den Mattenrand 7. Wenn UKE der Mattenrandsituation entkommen will, nutzt TORI das nach vorn kommende Bein und wirft					

Katame-Waza (Bodentechniken) <small>„wenn -> dann-Situationen“</small>	-3- Shime-Waza aus dem Grund- und Erweiterungsprogramm							
	Gyaku-Juji-Jime Prinzip: Umgekehrtes Kreuzwürgen. 			Okuri-Eri-Jime (als „Koshi-Jime“) Prinzip: Einen Kragen zum anderen führen. 			EINE Form von: Katate-jime oder Kataha-jime oder Hadaka-jime oder Sodeguruma-jime oder Sankaku-jime oder Tsukkomi-jime	
	-8- Lösungen aus den Musterlösungen des DJB Wiederholung 7. – 4. Kyu							zwei Positionswechsel von einer Verteidigungs- in eine günstige Angriffsposition
	Zeige an Beispielen, wann eine Festhaltesituation gegeben ist.	Haltegriffwechsel unter Ausnutzung der Befreiungsversuch e von UKE.	Umdrehtechnik, wenn UKE in Bauchlage ist.	Umdrehtechnik, wenn UKE in Banklage ist.	Lösen der Beinklammer von UKE.	Angriff gegen UKEs Rückenlage.	Angriff aus der eigenen Rückenlage.	Angriff aus der eigenen Bank.
Randori	<ul style="list-style-type: none"> Teilnahme an drei offiziellen Wettkämpfen seit der letzten Graduierung (Nachweis im Judopass) alternativ: je zwei Stand- und Bodenrandori zu je 3 Minuten 							

2. Kyu (blau): „Die Judo-Taktik“

Zunehmend wurden in den vergangenen Stufen sowohl Techniken als auch exemplarische Lösungen für Kampfsituationen studiert. Dadurch wurden die Voraussetzungen geschaffen, Judo reflektierter zu betreiben und kämpferische Aktionen zunehmend planvoll zu gestalten („Judo-Taktik“). Folgende Elemente ergänzen das bisher Gelernte und stellen den Kern der neu erworbenen technischen Kompetenzen zum 2. Kyu dar:

- Technikanwendungen auch aus unorthodoxem Griff, was auch der Grund für die verbindliche Einführung von Sumi-gaeshi und Soto-makikomi ist.
- Auslage und Griff Ai-yotsu und Kenka-yotsu mit den damit verbundenen technisch-taktischen Aspekten
- Grifferarbeiten einschl. Griff lösen und Werfen aus Griffkampfsituationen
- Wurftechniken werden weiterhin verkettet und zusätzliche Konter, Finten und Kombinationen werden geübt. Ihre Anzahl erhöht sich aber gegenüber den Anforderungen zum 3. Kyu aufgrund der sonstigen Stofffülle nicht.
- Würgetechniken werden für alle unabhängig vom Alter verbindlich.
- Alle Techniken des Grundprogramms werden auf Niveaustufe 2 ausgeführt (flüssiger, präziser, situativ angepasster als bis zum 4. Kyu)

Fertigkeiten:

Ukemi und Partnerverhalten	<ul style="list-style-type: none"> • Alle bisherigen Ukemi • Herstellen der Ausgangssituationen für die Anwendung der Nage-waza und Katame-waza • Abwehrverhalten gegen Würgetechniken
Nage-waza („wenn -> dann-Situationen“)	<ul style="list-style-type: none"> • achtzehn Wurftechniken, darunter sechs aus dem Erweiterungsprogramm, obligatorisch eine beliebige Variante von: <ul style="list-style-type: none"> ○ Sumi-gaeshi ○ Soto-makikomi • je ein(e) Konter, Finte, Kombination aus den Musterlösungen des DJB • Grifferarbeitung (einschl. Griff lösen) und mit Wurf abschließen aus Ai-yotsu und in Kenka-yotsu
Katame-waza („wenn -> dann-Situationen“)	<ul style="list-style-type: none"> • drei Shime-waza aus dem Grund- und Erweiterungsprogramm, obligatorisch: <ul style="list-style-type: none"> ○ Gyaku-juji-jime ○ Okuri-eri-jime (als “Koshi-jime“) • acht Lösungen aus den Musterlösungen des DJB: <ul style="list-style-type: none"> ○ Wiederholung 7. bis 4. Kyu und zusätzlich ○ zwei Positionswechsel von einer Verteidigungsposition in eine günstige Angriffsposition
Randori / Shiai	<ul style="list-style-type: none"> • Teilnahme an drei offiziellen Wettkämpfen seit der letzten Graduierung (Nachweis im Judopass) • alternativ: je zwei Stand- und Bodenrandori zu je 3 Minuten