

**INHALT****Einleitung**

Was ist Ju-Jutsu/Jiu-Jitsu?	5
Geschichte	6
Etikette	8
Gürtelbinden	10
Deutscher Ju-Jutsu Verband e.V.	12
JJ-Wettkampfdisziplinen	17
Notwehr	22

**Prüfungsordnung****Ju-Jutsu**

Prüfungsordnung	31
Prüfungsprogramme	
5. Kyu	36
4. Kyu	66
3. Kyu	94
2. Kyu	130
1. Kyu	160
1. Dan	186
2. Dan	210
3. Dan	242
4. Dan	262
5. Dan	280
Prüfungsprogramm bis 15 Jahre	288
Prüfungsprogramm Gewaltprävention	289
Prüfungsprogramm Polizei	290
Prinzipien der Prüfungsfächer	296
Stoffsammlung	308
Angriffskatalog	384

**Jiu-Jitsu**

Prüfungsordnung	386
Prüfungsprogramme	391

**Prüfungsprogramm Brazilian Jiu-Jitsu**

Prüfungsordnung	396
Prüfungsprogramme	399

**Prüfungsprogramm Hanbo-Jutsu**

Prüfungsordnung	402
Prüfungsprogramme	405

**DJJV-Sportabzeichen**

DJJV-Sportabzeichen	410
Sportabzeichenprogramm	414

**Gewaltprävention – Nicht mit mir!**

428

**Aus- und Fortbildung**

430

**Ansprechpartner und Adressen**

434

**Technikverzeichnis**

436