

Vorkenntnisse für die Prüfung zum 1.Kyu Braun Gurt.

Tachi-waza

- O-goshi – Großer Hüftwurf
- Uki-goshi - Hüftschwung
- O-soto-otoshi – Großer Außen Sturz
- O-uchi-gari – Große Innen Sichel
- Seoi-otoshi – Schulter Sturz
- Ippon-seoi-nage – Punkt Schulterwurf
- Ko-uchi-gari – Kleine Innen Sichel
- Tai-otoshi - Körpersturz
- Ko-soto-gari – Kleinen Außen Sichel
- Ko-soto-gake – Kleines Äußeres Einhängen
- De-ashi-barai - Fußfegen
- Morote-seoi-nage - Zweihand Schulterwurf
- Sasae-tsuri-komi-ashi – Fuß Stopp Wurf
- Hiza-guruma - Knierad
- Okuri-ashi-barai – Fuß Nachfegen
- O-soto-gari – Große Außensichel
- Harai-goshi - Hüftfegen
- Tsuru-komi-goshi – Hebe Zug Hüftwurf
- Koshi-uchi-mata – Hüft Innerer Schenkelwurf
- Ko-uchi-maki-komi – Kleines Inneres Einrollen
- O-uchi-barai – Großer Innen Feger
- Ko-uchi-barai – Kleiner Innen Feger
- Tomoe-nage - Kopfwurf
- Koshi-guruma - Hüftrad
- Ushiro-goshi - Hüftgegenwurf
- Hane-goshi - Sprunghüftwurf
- Sumi-gaeshi – Eckenwurf
- Tani-otoshi - Talfallzug
- Yoko-otoshi - Seitensturz
- Ashi-uchi-mata – Bein Innerer Schenkelwurf
- Utsuri-goshi - Wechselhüftwurf
- Yoko-gake – Seitliches Einhängen

Einen Konter nach übersteigen und einen nach ausweichen. Eine Kombination nach Reaktion von Uke. Verteidigen durch Blocken gegen zwei verschiedene Eindrehtechniken. Wenn Uke sich durch Blocken verteidigt, zwei frei wählbare Kombinationen ausführen.

Alle Tachi-waza Techniken müssen rechts und links aus der Bewegung oder nach Vorbereitung ausgeführt werden.

Die Ukemi muss komplett beherrscht werden.

Ne-waza

- Tate-shio-gatame – Reit Vierer
- Kata-gatame – Schulter Haltegriff
- Kesa-gatame – Schärpen Haltegriff
- Yoko-shio-gatame – Seit Vierer
- Kami-shio-gatame – Kopf Vierer

Je zwei Varianten aus einer sinnvollen Situation ausführen. Je zwei Befreiungen aus den 5 Haltegriffen.

- Juji-gatame – Kreuzstreckhebel
- Ude-garami – Beugehebel
- Ude-gatame – Drehstreckhebel
- Waki-gatame – Mit der Seite hebeln
- Ashi-gatame – Streckhebel mit Bein
- Ashi-garami – Beugehebel mit Bein

Je einen Hebel aus einer sinnvollen Situation ausführen.
Ukes Befreiungsversuche aus einer Haltetechnik zu Juji-gatame,
und zu Ude-garami nutzen.
Eine Befreiung aus der Beinklammer.

- Juji-jime – Kreuzwürge
- Hadaka-jime – Freies würgen
- Okuri-eri-jime – Kragenwürge
- Kata-ha-jime – würgen mit festgelegter Schulter

Je eine Würge aus einer sinnvollen Situation ausführen.

Je einen Übergang vom Stand zum Boden nach missglücktem oder teilweiser
Erfolgreichem eigenen und Ukes Angriff.
Hikkomi-gaeshi.