Nachname Vorname

Telefon Trainingsbeginn

NINJUTSU AKADEMIE EUROPE - HAMBURG

Qualifikation bis zum Grüngurt

Schülerkarte

1		Umote Gyaku Mount Escape	11		Osoto Keri - Harai Goshi Sweep aus der Guard	21		Jackenwürger Ude Garame aus der Guard
2		Ura - Hon Gyaku Ude Garame Mount	12		Osoto Seoe - Haken Defense Ura Sto als Waffe	22		Hiji Dori Guardpass / 6 Richtungen Reverse
3		Musha Dori - O Gyaku Mount Kontrolle	13		O Goshi - Double Leg Takedown Side Mount Control	23		5 Elemente Elbow Escape Mount
4		Takedowns und Clinch oben Take the Back aus der Mount	14		Kata Guruma, Konter gegen stehenden Schwitzkasten	24		Hicho und Jumonji Kata / Elbow Escape Sidemount / Aufstehen aus Bodenlage
5		Gosha Dori - Onikudaki San Kaku Jime	15		Te Hodoki einhändig (uchi, soto, tel usw.) Armbar aus der Guard	25		Hara Goshi Kata Tanto Kihon
6		Ura Onikudaki - Ude Garame Guillotine Choke	16		Te Hodoki zweihändig Headlock-Defense gegen Kesa Gatame	26		Koku Kata Tanto Drills und Kihon
7		Tai Gyaku - Take Ori gegen Schläge aus der Guard	17		Tai Hodoki von hinten gegen Nelson Kimura aus Crossbody	27		Bo Jutsu Kamae und Kihon Double Ancle Sweep Guard
8		Fingerhebel Armbar Mount	18		Tai Hodoki von hinten und vorne Armlock gegen Würgen und Haare greifen	28		Hanbo Kihon - 2x Hanbo Hebel Kamae Kata Anwendung
9		Ganzekis Defense gegen Guillotine	19		Defense gegen San Kaku Jime Shrimp Escape gegen Side Mount	29		Keri Kihon Headlock Escape from Sidemount
10		Morote Seoe Nage - Ippon Seoe Nage Triangle Choke Guard	20		Defense gegen Chokes / Shin Jime Take the Back from Guard	30		Blöcke und Schläge in 6 Richtungen Kumi Uchi / Kuzuchi

Graduierungsatum und Anwesenheit	Datum		10	20	30	Komplementär-einheiten		
		Weißgurt						
		Gelbgurt						
		Gelbgurt 1. Streifen						
		Gelbgurt 2. Streifen						
		Gelbgurt 3. Streifen				1	2	3
		Gelbgurt 4. Streifen						
		Orangegurt				4	5	6
		Orangegurt 1. Streifen						
		Orangegurt 2. Streifen				7	8	9
		Orangegurt 3. Streifen						
		Orangegurt 4. Streifen				10	11	12