

Jiu - Jitsu Union Nordrhein-Westfalen e.V.

Shiruba-Jiu-Jitsu

PRÜFUNGSRICHTLINIEN

DAN - GRADE AB 50 JAHRE

Vorbereitungszeit	1. Dan 1 Jahr
1.	VORKENNTNISSE
2.	Teilnahme an einem Pflichtlehrgang im Vorbereitungsjahr
3.	Kata - selbst erstellte oder bestehende Mind. 15 Techniken, max. 25 Techniken Mit oder ohne Partner möglich bzw. Kombi möglich
4.	Aktiver Einsatz für die Belange des Jiu-Jitsu