



## Grüngurtprogramm Kobushi-Jitsu

### Theorie:

- Neurological Shutdown Points: BL10, GV20, SI16, SI17, TH23, LIV14, CV14, GB20, GB24, SP17, LU5, PC6, ST5, ST9, Mind Point
- Erste Hilfe: Nasenbluten, Bewusstlosigkeit, Atemstillstand, Herzstillstand

**Kihon:** Kihon ohne Waffe; Kihon mit Schwert; Fallschule in Anwendung

**Kata:** Siu-Nim-Tau; Chuan Fa Form 1; Ren Raku 4; Ushiro (Iaido), Kobushi Ken 1

### SV: Verteidigung gegen:

1. Stockstich einhändig
2. Stockstich beidhändig
3. Stockschlag von oben
4. Schwert von oben
5. Stockschlag von außen
6. Schwert von außen
7. Verteidigung mit dem Schwert ohne Klinge gegen: Würgeversuch, Umklammern von hinten, Griff an die Tsuka
8. Verteidigung mit Yawara gegen: Griff ans Handgelenk, Griff ans Revier
9. Verteidigung mit dem Stock gegen Mae Geri
- 10.2 Gegner (Umklammern von hinten, Faustangriff von vorne)
11. Würgen an der Wand

**Randori:** Waffenlos, mit Schwert

**Tameshiwari:** Mawashi-Empi-Uchi oder Yoko-Geri