

Programma BRUIN

1ste streepje:

Wapens:

Stok: slag naar hoofd (2)

Stok: slag naar nek

Stok: slag naar ribben

Stok: zijwaarts, vroeg geblokkeerd

Stok: zijwaarts, laten komen (2)

2de streepje:

Wapens:

Mes: bedreiging

Mes: reversgreep en bedreiging

Mes: van boven, links en rechts afweren

Mes: zijwaarts naar borst

Mes: naar de buik (2)

Mes: zijwaarts

3de streepje:

Wapens:

Pistool: bedreiging vooraan: slag

Pistool: bedreiging vooraan: polsklem

Pistool: bedreiging vooraan: elleboogklem

Pistool: bedreiging vooraan: schouderklem

Pistool: bedreiging achteraan: rechts draaien

Pistool: bedreiging achteraan: links draaien

4de streepje:

Pistool: bedreiging zijwaarts: rechts, armen voor

Pistool: bedreiging zijwaarts: rechts, armen achter

Pistool: bedreiging zijwaarts: links, armen voor

Pistool: bedreiging zijwaarts: links, armen achter

Algemene kennis: wapens, wettige verdediging, ju-jitsu principes

Examen bruin:

Alle technieken met wapens juist uitgevoerd

Alle grondtechnieken, afstandstechnieken, valtechnieken, nabijtechnieken, controletechnieken en werptechnieken juist uitgevoerd

Randori bevrijdingen, klemmen, worpen, wapens, nabijtechnieken, controletechnieken

Randori combinaties

Randori afstand

Randori contact