

Ju-Jutsu pensum opdatering

Dette er en opdatering af Ju-Jutsu pensum. Denne opdatering omfatter **alle gældende** dokumenter:

- Ju-Jutsu'ens historie i Danmark
- Rollengepensum
- Børnepensum
- Voksenpensum
- Oversigter over bæltefarver for rollinger, børn og voksne
- Etikette / dojo-kun
- Gradueringsbestemmelser
- Dommerlister for børn og voksne
- Nødværgeret
- Anatomi (på japansk)
- Ordlistor for angreb og pensum
- Kampsystemer **ikke** vedlagt – men erstattet af henvisninger til gældende regler. På den måde sikrer vi, at det altid er de opdaterede og gældende versioner der findes – *dog er de nye duo-regler vedlagt denne version (på engelsk – gældende fra 1. januar 2018 – den officielle version vil dog altid være den gældende).*
- Diverse oversigter over grundskoler på tværs af bæltegrader

Opdateringer siden sidst:

- Overgang fra rolling til barn
 - 4-5 snipper byttes til et gult streg bælte
 - 6 snipper byttes til et gult bælte
- Pensumoversigt børn
 - Fjernet forkundskaber fra oversigt
 - Atemi kombinationer var "faldet udenfor" siden i PDF. Er nu med.
- Dommerliste for børn:
 - Fjernet forkundskaber
- 5. - 2. kyu
 - Indført nye duo-regler, hvor der nu er 3 serier af 4 angreb. Derfor udgår duo i gult bælte (5. kyu).
 - Nye duo-regler vedlagt (dansk oversættelse er på vej)
- Shuto Uke → Ucho Shuto Uke - gjort tydeligere hvor ("uchi"/"soto" ikke var angivet)
 - 4. kyu (.1a & 1.b), 4. ko (.1a & 1.b)
 - 3. kyu (4. atemi-kombination), 1. ko (2. atemi-kombination)
 - 1. kyu (1.a & 1.b og 8.a & 8.b)
 - Atemi Waza (3. kyu)
 - Børnepensum oversigt (4. ko)

- Uchi Shuto Uchi → Uchi Shuto Uke
 - 1. dan (4.a & 4.b)

Overgangen fra rolling til barn kan ikke umiddelbart ”mappes” teknisk, men er begrundet i et ønske om at motivere – og i løbet af et par gradueringer til børnebælter vil en evt. teknisk mangel blive udlignet.

Der er i denne version ingen opdatering til programmet (også omtalt som ”CD'en”) med video-klippene. Af tekniske årsager kan dette ikke ændres. Brug derfor gerne dette program til at se på video-klippene, men benyt de vedlagte opdateringer til alt andet – brug **ikke** de versioner, som bliver vist inde i programmet.

Det opdaterede pensum og videoer kan også ses på: <http://jypensum.dk>

*Alle gældende versioner af pensum (udover video-klippene) skal være markeret med datoen: **2018-03-25**. Smid alle andre versioner UD!*

*John Dalsgaard
Sekretær i Stilartsudvalg Ju-Jutsu
Gradueringsansvarlig Øst*