



Grundausbildung

Fragen für Theorieprüfung
am Zulassungstag zum GK
J+S Judo & Ju-Jitsu

formation de base

questions pour l'examen théorique
de la journée d'admission au CM
J+S Judo & Ju-Jitsu

formazione di base

Domande per esame teorico
per la giornata d'ammissione al CM
G+S Judo & Ju-Jitsu



Basis / base: Judo & Ju-Jitsu Manual SJV/FSJ/ASJ ; Homepage SJV/FSJ/ASJ

Arbeitsanweisung für Umgang mit den Fragen für die Theorieprüfung Zulassungstag

Um zum Leiterkurs zugelassen zu werden, müssen anlässlich des Zulassungstages die theoretische sowie die praktische Prüfung bestanden werden. Die entsprechenden Weisungen sind auf der Homepage zu finden (www.jugendundsport.ch).

Für die Theorieprüfung wählen die Experten aus der nachstehenden Liste zehn Fragen aus und stellen ein Prüfungsblatt zusammen.

Von diesen zehn Fragen müssen fünf vom Schwierigkeitsgrad schwer; drei mittel; zwei leicht sein.

Je nach den konkret ausgewählten Fragen resultiert eine Gesamtpunktzahl, welche für die Notengebung massgebend ist. Die Notenskala richtet sich nach folgendem Punktemassstab (es wird jeweils auf die nächsten gerade Punktzahl aufgerundet):

- <70% der Gesamtpunktzahl = **Note 1** (ungenügend, Theorieprüfung nicht bestanden)
- 70-80% der Gesamtpunktzahl = **Note 2** (genügend, Theorieprüfung bestanden)
- 80-90% der Gesamtpunktzahl = **Note 3** (gut, Theorieprüfung bestanden)
- >90% der Gesamtpunktzahl = **Note 4** (sehr gut, Theorieprüfung bestanden)

Musterskalen:

Mögliche Gesamtpunktzahl	< 70% (Note 1)	70 – 80% (Note 2)	80 – 90% (Note 3)	> 90% (Note 4)
20	-13	14 - 15	16 - 17	18 - 20
22	-14	15 - 17	18 - 19	20 - 22
24	-16	17 - 18	19 - 21	22 - 24
26	-17	18 - 20	21 - 22	23 - 26
28	-19	20 - 21	22 - 24	25 - 28
30	-20	21 - 23	24 - 26	27 - 30
32	-21	22 - 25	26 - 28	29 - 32
34	-23	24 - 26	27 - 30	31 - 34
36	-24	25 - 28	29 - 31	32 - 36
38	-26	27 - 29	30 - 33	34 - 38
40	-27	28 - 31	32 - 35	36 - 40

*: l/f = leicht / facile / leggemente; m = mittel / mi-difficile / medio; s/d = schwierig / difficile



Grundausbildung

Fragen für Theorieprüfung
am Zulassungstag zum GK
J+S Judo & Ju-Jitsu

formation de base

questions pour l'examen théorique
de la journée d'admission au CM
J+S Judo & Ju-Jitsu

formazione di base

Domande per esame teorico
per la giornata d'ammissione al CM
G+S Judo & Ju-Jitsu



Basis / base: Judo & Ju-Jitsu Manual SJV/FSJ/ASJ ; Homepage SJV/FSJ/ASJ

Directives de travail concernant les questions de l'examen théorique de la journée d'admission

Pendant la journée d'admission ont lieu un examen théorique et un examen pratique. Les candidats doivent réussir les deux examens pour être admis au cours de moniteur. Les directives correspondantes peuvent être consultées sur le site web de J+S (www.jeunesseetsport.ch).

Les experts composent une feuille d'examen théorique en choisissant 10 questions de la liste ci-après. Sur les 10 questions choisies, 5 doivent être de niveau difficile, 3 de niveau moyen et 2 de niveau facile.

La notation dépend du nombre de points total acquis en répondant correctement aux 10 questions choisies. Les notes se calculent selon le barème de points suivant (arrondi au nombre de points supérieur):

- < 70% du nombre total de points = **note 1** (insuffisant, examen théorique non réussi)
- 70-80% du nombre total de points = **note 2** (suffisant, examen théorique réussi)
- 80-90% du nombre total de points = **note 3** (bien, examen théorique réussi)
- > 90% du nombre total de points = **note 4** (très bien, examen théorique réussi)

Barème:

Nombre total de points possible	< 70% (note 1)	70 – 80% (note 2)	80 – 90% (note 3)	> 90% (note 4)
20	-13	14 - 15	16 - 17	18 - 20
22	-14	15 - 17	18 - 19	20 - 22
24	-16	17 - 18	19 - 21	22 - 24
26	-17	18 - 20	21 - 22	23 - 26
28	-19	20 - 21	22 - 24	25 - 28
30	-20	21 - 23	24 - 26	27 - 30
32	-21	22 - 25	26 - 28	29 - 32
34	-23	24 - 26	27 - 30	31 - 34
36	-24	25 - 28	29 - 31	32 - 36
38	-26	27 - 29	30 - 33	34 - 38
40	-27	28 - 31	32 - 35	36 - 40

*: l/f = leicht / facile / leggermente; m = mittel / mi-difficile / medio; s/d = schwierig / difficile



Grundausbildung

Fragen für Theorieprüfung
am Zulassungstag zum GK
J+S Judo & Ju-Jitsu

formation de base

questions pour l'examen théorique
de la journée d'admission au CM
J+S Judo & Ju-Jitsu

formazione di base

Domande per esame teorico
per la giornata d'ammissione al CM
G+S Judo & Ju-Jitsu



Basis / base: Judo & Ju-Jitsu Manual SJV/FSJ/ASJ ; Homepage SJV/FSJ/ASJ

Istruzioni di lavoro sulle questioni teoriche del giorno di ammissione

Durante il giorno di ammissione sarà tenuta una prova teorica e una prova pratica. I candidati devono superare entrambi gli esami per essere ammessi al corso di istruttore. Linee guida che possono essere accessibili sul sito della J + S (www.gioventuesport.ch).

Gli esperti selezionano da un elenco 10 domande dalla lista qui sotto.

Dalle 10 domande selezionate, 5 devono essere a livello difficile, 3 di livello medio e 2 di livello facile.

Il punteggio dipende dal numero totale di punti guadagnati rispondendo correttamente a 10 domande scelte. Punteggi sono calcolati secondo la seguente scala di punti (arrotondato al numero più elevato di punti):

- <70% del totale dei punti = **nota 1** (insufficiente esame teorico senza successo)
- 70-80% del totale dei punti = **nota 2** (sufficiente esame teorico passato)
- 80-90% del totale dei punti = **nota 3** (buono, di successo esame teorico)
- >90% del totale dei punti = **nota 4** (molto buono, esame teorico di successo)

Esempio di scale di nota:

Numero totale di punti possibili	< 70% (nota 1)	70 – 80% (nota 2)	80 – 90% (nota 3)	> 90% (nota 4)
20	-13	14 - 15	16 - 17	18 - 20
22	-14	15 - 17	18 - 19	20 - 22
24	-16	17 - 18	19 - 21	22 - 24
26	-17	18 - 20	21 - 22	23 - 26
28	-19	20 - 21	22 - 24	25 - 28
30	-20	21 - 23	24 - 26	27 - 30
32	-21	22 - 25	26 - 28	29 - 32
34	-23	24 - 26	27 - 30	31 - 34
36	-24	25 - 28	29 - 31	32 - 36
38	-26	27 - 29	30 - 33	34 - 38
40	-27	28 - 31	32 - 35	36 - 40

*: l/f = leicht / facile / leggermente; m = mittel / mi-difficile / medio; s/d = schwierig / difficile



Grundausbildung

Fragen für Theorieprüfung
am Zulassungstag zum GK
J+S Judo & Ju-Jitsu

formation de base

questions pour l'examen théorique
de la journée d'admission au CM
J+S Judo & Ju-Jitsu

formazione di base

Domande per esame teorico
per la giornata d'ammissione al CM
G+S Judo & Ju-Jitsu



Basis / base: Judo & Ju-Jitsu Manual SJV/FSJ/ASJ ; Homepage SJV/FSJ/ASJ

No.	Frage / Antwort	question / réponse	domande / risposte
1.	Wie heisst der Begründer des JUDO und wann hat er gelebt (genaue Jahreszahl von bis)?	Comment s'appelle le fondateur du <i>judo</i> et quand a-t-il vécu (nombre d'années, dates de naissance et de décès) ?	Chi è il fondatore del judo e quando ha vissuto (anni, le date di nascita e morte)?
2.	Wie heissen die zwei beiden grundlegenden Prinzipien des Judo und Ju-Jitsu auf Japanisch und was bedeuten sie sinngemäss übersetzt?	Enonce en japonais les deux principes de base du <i>judo et ju-jitsu</i> et donnez-en une traduction conforme au sens.	Quali sono in Giapponese i due principi fondamentali del judo e ju-jitsu e dargli una traduzione certificata del significato.
3.	Nenne die Tugenden des Ehrenkodex des SJV	Cite les valeurs du code moral de la FSJ	Designa i valori del codice morale della FSJ
4.	Welches ist das oberste Organ des SJV?	Quel est l'organe faïtier de la FSJ?	Qual è l'organo supremo del FSJ?
5.	Nenne vier wichtige Dojoregeln.	Nomme quatre règles importantes au <i>dojo</i> .	Nomina quattro regole importanti del dojo.
6.	Nenne vier wichtige Aufgaben eines Trainers.	Nomme quatre tâches importantes d'un entraîneur	Nomina quattro compiti importanti di un allenatore.
7.	Welche Bedeutung haben die Grade im Budo?	Quelle est la signification des grades au <i>Budo</i> ?	Qual è il significato dei gradi nel Budo?
8.	Wie viele Dan-Grade gibt es und welche Farben unterscheiden sie?	Combien de grades <i>dan</i> existe-t-il et quelles sont les couleurs de ceinture qui les différencient?	Quanti gradi dan esistono e quali sono i colori della cinghia che li distinguono?
9.	Welchen Grad muss man für die Zulassung als J+S Leiter haben?	A partir de quel grade peut-on devenir moniteur Jeunesse + Sport <i>judo</i> ?	A che grado si deve avere per diventare un istruttore di Gioventù + Sport?
10.	Erkläre den Unterschied zwischen Za-rei und Ritsu-rei.	Explique la différence entre <i>za-rei</i> et <i>ritsu-rei</i> .	Spiega la differenza tra Za-rei e Ritsu-rei.
11.	Erkläre den Unterschied zwischen Ayumi-ashi und Tsugi-ashi.	Explique la différence entre <i>ayumi-ashi</i> et <i>tsugi-ashi</i> .	Spiega la differenza tra ayumi-ashi e tsugi-ashi.
12.	Definiere die Rollen von Tori und Uke.	Définis les rôles de <i>tori</i> et <i>uke</i> .	Defini i ruoli di tori e uke.
13.	Was ist der Unterschied zwischen Kata, Randori und Shiai?	Quelle est la différence entre <i>kata</i> , <i>randori</i> et <i>shiai</i> ?	Qual è la differenza tra il kata, randori e shiai?
14.	Was ist bei Randori wichtig?	Qu'est-ce qui est important lorsqu'on pratique un <i>randori</i> ?	Che è importante quando si pratica randori?
15.	Welche vier Bedingungen müssen im Judo erfüllt sein, damit Osaekomi angesagt wird?	Quelles sont les quatre conditions qui doivent être remplies au judo pour qu'un <i>osaekomi</i> soit annoncé?	Quali sono le quattro condizioni che devono essere soddisfatte per annunciare un osaekomi nel judo?
16.	Welche Bedingungen müssen im Ju-Jitsu erfüllt sein, damit Osaekomi angesagt wird?	Quelles sont les conditions qui doivent être remplies au ju-jitsu pour qu'un <i>osaekomi</i> soit annoncé?	Quali sono le condizioni che devono essere soddisfatte per annunciare un osaekomi nel ju-jitsu?
17.	Wie viele Sekunden benötigt man im Osaekomi für ein Ippon?	Combien de secondes doit tenir un <i>osae-komi</i> pour obtenir <i>ippou</i> ?	Quanti secondi deve tenere un Osae-komi per un ippon?
18.	Wann gilt eine Osae-komi im Judo als gelöst (Toketa)?	Quand est-ce qu'on sort d'une immobilisation au judo (<i>toketa</i>)?	Quando è un Osae-komi considerato risolto di judo (Toketa)?
19.	Wann gilt eine Osae-komi im Ju-Jitsu als gelöst (Toketa)?	Quand est-ce qu'on sort d'une immobilisation au ju-jitsu (<i>toketa</i>)?	Quando è un Osae-komi considerato risolto di jujitsu (Toketa)?
20.	Welche vier Bedingungen werden beachtet, damit im Judo ein Wurf eine Wertung „Ippon“ erhält?	Quelles sont les quatre conditions qui doivent être observées au <i>judo</i> pour qu'une projection soit comptée <i>ippou</i> ?	Quali sono le quattro condizioni che devono essere osservati per una proiezione judo ippon, per venire conteggiato?

*: l/f = leicht / facile / leggermente; m = mittel / mi-difficile / medio; s/d = schwierig / difficile



Grundausbildung

Fragen für Theorieprüfung
am Zulassungstag zum GK
J+S Judo & Ju-Jitsu

formation de base

questions pour l'examen théorique
de la journée d'admission au CM
J+S Judo & Ju-Jitsu

formazione di base

Domande per esame teorico
per la giornata d'ammissione al CM
G+S Judo & Ju-Jitsu



Basis / base: Judo & Ju-Jitsu Manual SJV/FSJ/ASJ ; Homepage SJV/FSJ/ASJ

No.	Frage / Antwort	question / réponse	domande / risposte
21.	Welche Bedingungen werden beachtet, damit im Ju-Jitsu ein Wurf eine Wertung „Ippon“ erhält?	Quelles sont les conditions qui doivent être observées au <i>ju-jitsu</i> pour qu'une projection soit comptée <i>ippon</i> ?	Quali sono le condizioni che devono essere osservate per una proiezione <i>jujitsu ippon</i> , pervenire conteggiato?
22.	Nenne die Namen der Kampf-Wertungen mit der entsprechenden Anzahl Punkte.	Cite les noms des valeurs que l'on peut recevoir en combat avec le nombre de points respectifs.	Citare i nomi dei valori che possono essere ricevuti in combattimento con il rispettivo numero di punti.
23.	Wie viele Waza-ari ergeben ein Ippon?	Combien de <i>waza-ari</i> donnent un <i>ippon</i> ?	Quanti <i>waza-ari</i> danno un <i>Ippon</i> ?
24.	Was ist der Sinn des Abklopfens? Was kann man anstatt dessen auch tun?	Que veut-on signifier lorsque l'on « frappe » ? Que peut-on faire d'autre à la place?	Che cosa significa quando si "sbatte"? Che cosa si può fare invece?
25.	Was bedeutet „Verhältnismässigkeit“ im Ju-Jitsu? Gib ein Beispiel!	Que signifie « proportionnalité au Ju-Jitsu? Donne un exemple!	Cosa significa "proporzionalità" nel Ju-Jitsu? Da un esempio!
26.	Was ist das „Go-kyo“?	Qu'est-ce que le <i>go-kyo</i> ?	Che cosa è il <i>go-kyo</i> ?
27.	Was ist eine „sinnvolle Vorbereitung“ für die Anwendung einer Technik? Nenne drei Beispiele.	Qu'est-ce qu'une « préparation logique » pour l'application d'une technique? Donne trois exemples.	Che cosa è una "preparazione logica" per l'applicazione di una tecnica? Dai tre esempi.
28.	Erkläre den Unterschied zwischen Tachi-waza und Ne-waza?	Explique la différence entre <i>tachi-waza</i> et <i>ne-waza</i> ?	Spiega la differenza tra <i>tachi-waza</i> e <i>ne-waza</i> ?
29.	Wie heissen die drei verschiedenen Wurfphasen auf Japanisch und was bedeuten sie sinngemäss übersetzt?	Comment s'appellent en japonais les trois phases différentes d'une projection et que signifient-elles (traduction conforme au sens)?	Quali sono i nomi giapponesi delle tre diverse fasi di una proiezione e che cosa significano (traduzione secondo le istruzioni)?
30.	Was soll mit Nage-no-kata demonstriert werden? Was symbolisieren die fünf Gruppen? Nenne die japanischen Fachbegriffe.	Que veut-on démontrer avec le <i>nage-no-kata</i> ? Que symbolisent les cinq groupes ? Nomme en japonais les termes techniques.	Che cosa dimostra la <i>nage-no-kata</i> ? Cosa simboleggiano i cinque gruppi? Cita in Giapponese i termini tecnici.
31.	In welche drei Technikgruppen lässt sich die Katame-waza unterteilen? Nenne die japanischen Fachbegriffe.	Quels sont les trois groupes de techniques dans lesquels est divisé le <i>katame-waza</i> ? Nomme en japonais les termes techniques.	Quali sono i tre gruppi di tecniche in cui è diviso il <i>Katame-waza</i> ? Nomina in Giapponese i termini tecnici.
32.	Nenne vier Katame-waza?	Nomme quatre techniques du <i>katame-waza</i> .	Nomina quattro tecniche del <i>Katame-waza</i> .
33.	Nenne die vier Grundsituationen am Boden?	Nomme les quatre situations de base au sol.	Nomina le quattro situazioni di base a terra.
34.	Was ist ein taktisches Konzept? Nenne ein Beispiel.	Qu'est-ce qu'un concept tactique? Donne un exemple.	Che cosa è un concetto tattico? Dai un esempio.
35.	Was ist eine Wurffamilie? Nenne ein Beispiel.	Qu'est-ce qu'une famille de projection? Donne un exemple.	Che cosa è una famiglia di proiezione? Dai un esempio.
36.	Was heisst Judo?	Que signifie le terme <i>judo</i> ?	Che cosa significa il termine <i>judo</i> ?
37.	Was bedeutet Ju-Jitsu?	Que signifie <i>ju-jitsu</i> ?	Che cosa significa <i>Ju Jitsu</i> ?
38.	Was bedeutet HAJIME? Was bedeutet TOKETA?	Que signifie <i>hajime</i> ? Que signifie <i>toketa</i> ?	Che cosa significa <i>Hajime</i> ? Che cosa significa <i>Toketa</i> ?

*: l/f = leicht / facile / leggermente; m = mittel / mi-difficile / medio; s/d = schwierig / difficile



Grundausbildung

Fragen für Theorieprüfung
am Zulassungstag zum GK
J+S Judo & Ju-Jitsu

formation de base

questions pour l'examen théorique
de la journée d'admission au CM
J+S Judo & Ju-Jitsu

formazione di base

Domande per esame teorico
per la giornata d'ammissione al CM
G+S Judo & Ju-Jitsu



Basis / base: Judo & Ju-Jitsu Manual SJV/FSJ/ASJ ; Homepage SJV/FSJ/ASJ

No.	Frage / Antwort	question / réponse	domande / risposte
39.	Was bedeutet Kumi-kata?	Que signifie Kumi-kata?	Che cosa significa Kumi-Kata?
40.	Nenne zwei wichtige Aufgaben des Kumi-kata.	Nomme deux fonctions importantes du <i>kumi kata</i> .	Nomina due importanti funzioni del kumi kata.
41.	Was ist bei Yakusoku-geiko wichtig?	Qu'est-ce qui est important lorsqu'on pratique un <i>yakusoku-geiko</i> ?	Che cosa è importante praticando yakusoku-geiko?
42.	Welche zwei Wirkungs-Arten von Shime-waza gibt es?	Nomme deux modes d'action possible lorsqu'on exécute une technique de <i>shime-waza</i> .	Nomina due modalità di azione possibili durante l'esecuzione di una tecnica Shime-waza.
43.	Was bedeutet Jigotai?	Que signifie le terme <i>jigotai</i> ?	Che cosa significa il termine jigotai?
44.	Was heisst Nage-waza?	Que signifie <i>nage-waza</i> ?	Che cosa significa nage-waza?
45.	Was heisst Tai-sabaki und wozu dient es?	Qu'appelle-t-on <i>tai sabaki</i> et à quoi sert-il?	Cosa vuole dire Tai-sabaki e a cosa serve?
46.	Was bedeutet RENRAKU-WAZA? Was bedeutet KAESHI-WAZA?	Que signifie <i>renraku waza</i> ? Que signifie <i>kaeshi waza</i> ?	Che cosa significa Renraku waza? Che cosa significa Kaeshi waza?
47.	Was ist bei Kaeshi / Renraku-waza wichtig?	Qu'est-ce qui est important lorsqu'on pratique <i>kaeshi waza</i> , resp. <i>renraku-waza</i> ?	Cosa è importante quando si pratica Kaeshi waza, resp. Renraku-waza?
48.	Was bedeutet Yoko-geri?	Que signifie <i>yoko-geri</i> ?	Che cosa significa yoko-geri?
49.	Was heisst Mawashi-geri?	Que signifie <i>mawashi-geri</i> ?	Che cosa significa mawashi-geri?
50.	Mit welchem Körperteil führt man Hiza-gatame aus?	Avec quelle partie du corps agit-on lorsque l'on place <i>hiza-gatame</i> ?	Con quale parte del corpo si eseguisce hiza-gatame?
51.	Mit welchem Körperteil führt man Hiza-geri aus?	Avec quelle partie du corps frappe-t-on lorsque l'on donne <i>hiza-geri</i> ?	Con quale parte del corpo si eseguisce hiza-geri?
52.	Mit welchem Körperteil schlägt man bei «empi-uchi»?	Avec quelle partie du corps frappe-t-on lorsque l'on donne <i>empi-uch</i> ?	Con quale parte del corpo possiamo colpire quando diamo un empi-uchi?
53.	Erkläre den Unterschied zwischen Gari und Gake?	Explique la différence entre <i>gari</i> et <i>gake</i> ?	Spiega la differenza tra gari e gake?
54.	Erkläre den Unterschied zwischen Oi-tsuki und Gyaku-tsuki.	Explique la différence entre <i>oi-tsuki</i> et <i>gyaku-tsuki</i> .	Spiega la differenza tra oi-tsuki e gyaku-tsuki.
55.	Was heisst Gelenkhebel auf Japanisch und auf welche Gelenke sind Hebel im Judo erlaubt? Nenne zwei Hebel auf Japanisch.	Comment s'appelle une clé sur une articulation en japonais et sur quelles articulations sont autorisées les clés en <i>judo</i> ? Nomme deux clés en japonais.	Cosa significa una leva in giapponese e su quali articolazioni sono ammessi nel judo leve? Nomina due leve in giapponese.
56.	Auf welches Gelenk wirkt Ude-hishigi-juji-gatame?	Sur quelle articulation agit-on lorsque l'on fait <i>ude-hishigi-juji-gatame</i> ?	Su quale articolazioni agisce <i>ude-hishigi-juji-gatame</i> ?
57.	Auf welches Gelenk wirkt Kote-gaeshi?	Sur quelle articulation agit-on lorsque l'on fait <i>kote-gaeshi</i> ?	Su quale articolazioni agisce <i>Kote-gaeshi</i> ?

*: l/f = leicht / facile / leggermente; m = mittel / mi-difficile / medio; s/d = schwierig / difficile



Grundausbildung

Fragen für Theorieprüfung
am Zulassungstag zum GK
J+S Judo & Ju-Jitsu

formation de base

questions pour l'examen théorique
de la journée d'admission au CM
J+S Judo & Ju-Jitsu

formazione di base

Domande per esame teorico
per la giornata d'ammissione al CM
G+S Judo & Ju-Jitsu



Basis / base: Judo & Ju-Jitsu Manual SJV/FSJ/ASJ ; Homepage SJV/FSJ/ASJ

No.	Frage / Antwort	question / réponse	domande / risposte
58.	Was sind Kontaktangriffe in der Selbstverteidigung? Nenne drei Beispiele.	Qu'est-ce que l'on entend par « attaques au corps » dans l'autodéfense? Donne trois exemples.	Cosa si intende per "attacchi" sul corpo nel auto-difesa? Dai tre esempi.
59.	Welche drei Wettkampfsysteme gibt es im Ju-Jitsu? Erkläre sie kurz!	Quels sont les trois systèmes de compétition du <i>ju-jitsu</i> ? Explique-les brièvement.	Quali sono i tre sistemi di competizione nel ju-jitsu? Spiegato brevemente.
60.	Unter welchen vier Aspekten wird das Thema „Kämpfen“ im Ju-Jitsu inszeniert?	Quels sont les quatre aspects sous lesquels le thème « combattre » est mis en scène au <i>ju-jitsu</i> ?	Quali sono i quattro aspetti in cui va in scena il tema della "lotta" nel ju-jitsu?
61.	Nenne die acht Elemente (Bestandteile) des Ju-Jitsu.	Nomme les huit éléments (composants) du <i>ju-jitsu</i> .	Nomina otto elementi (componenti) del ju-jitsu.
62.	Du wirst körperlich hart angegriffen. Zeichne kurz das Selbstverteidigungsschema auf!	Tu subis une violente agression physique. Décris brièvement le schéma de self défense.	Tu ai subito una violenta aggresione fisica. Descrivere brevemente il modello di difesa personale.
63.	Was bedeutet KIME-NO-KATA? Welche zwei Techniken kommen am häufigsten vor?	Que signifie <i>kime no kata</i> ? Quelles sont les deux techniques qui apparaissent le plus souvent?	Cosa significa KIME-NO-KATA? Quali sono le due tecniche usate più spesso?
64.	Bringe die Antworten in die richtige Reihenfolge: Fragen 1) Osaekomi-waza 2) Shime-waza 3) Kansetsu-waza 4) Nage-waza Antworten A) Hebeltechnik B) Festhaltetechnik C) Würgetechnik D) Wurftechnik	Place les réponses dans le bon ordre : Questions 1) <i>Osaekomi-waza</i> 2) <i>Shime-waza</i> 3) <i>Kansetsu-waza</i> 4) <i>Nage-waza</i> Réponses A) Techniques de luxations B) Techniques d'immobilisations C) Techniques d'étranglements D) Techniques de projections	Metti le risposte nell'ordine corretto: Domande 1) Osaekomi-waza 2) Shime-waza 3) Kansetsu-waza 4) Nage-waza Risposte A) Tecniche di leva B) tecniche d'immobilizzazione C) tecniche di stragolamento D) tecniche di proiezione
65.	Bringe die Antworten in die richtige Reihenfolge: Fragen 1) Kuzushi 2) Uchi-komi 3) Hajime 4) Tokui-waza Antworten A) Lieblingstechnik B) Den Kampf beginnen C) Gleichgewicht brechen D) Eingänge üben	Place les réponses dans le bon ordre Questions 1) <i>Kuzushi</i> 2) <i>Uchi-komi</i> 3) <i>Hajime</i> 4) <i>Tokui-waza</i> Réponses A) Technique favorite B) Commencer le combat C) Déséquilibre D) Exercice répétitif d'entrées	Metti le risposte nell'ordine corretto: Domande 1) Kuzushi 2) Uchi-komi 3) Hajime 4) Tokui-waza Risposte A) Tecnica favorita B) iniziare il combattimento C) squilibrio D) esercizio ripetitivo
66.	Was bedeutet Sutemi-waza? () Hüfttechnik () Opfertechnik () Hebeltechnik	Que signifie <i>sutemi-waza</i> ? () Techniques de hanche () Techniques de sacrifice () Techniques de luxation	Cosa significa sutemi-waza? () tecnica di anca () tecnica di sacrificio () tecnica di leva
67.	Was bedeutet Ushiro-ukemi? () Fall rückwärts () Festhalter von der Seite () Würgen ohne Kragen	Que signifie <i>ushiro-ukemi</i> ? () Chute arrière () Immobilisation par le côté () Etranglement à mains nues	Cosa significa Ushiro-ukemi? () caduta arretrata(indietro) () Immobilizzazione dal fianco () Strangolamento a mani nude

*: l/f = leicht / facile / leggermente; m = mittel / mi-difficile / medio; s/d = schwierig / difficile



Grundausbildung

Fragen für Theorieprüfung
am Zulassungstag zum GK
J+S Judo & Ju-Jitsu

formation de base

questions pour l'examen théorique
de la journée d'admission au CM
J+S Judo & Ju-Jitsu

formazione di base

Domande per esame teorico
per la giornata d'ammissione al CM
G+S Judo & Ju-Jitsu



Basis / base: Judo & Ju-Jitsu Manual SJV/FSJ/ASJ ; Homepage SJV/FSJ/ASJ

No.	Frage / Antwort	question / réponse	domande / risposte
68.	Bringe die Antworten in die richtige Reihenfolge Fragen Antworten 1) Kiba-dachi A) Rückwärtsstellung 2) Zenkutsu-dachi B) Reiterstellung 3) Kokutsu-dachi C) Angriffsstellung 4) Shizentai D) Natürliche Stellung	Place les réponses dans le bon ordre Questions Réponses 1) <i>Kiba-dachi</i> A) Position de défense arrière 2) <i>Zenkutsu-dachi</i> B) Position du cavalier 3) <i>Kokutsu-dachi</i> C) Position d'attaque 4) <i>Shizentai</i> D) Position naturelle	Metti le risposte nell'ordine corretto: Domande Risposte 1) Kiba-dachi A) Posizione difensiva indietro 2) Zenkutsu-dachi B) Posizione di cavaliere 3) Kokutsu-dachi C) Posizione d'attacco 4) Shizentai D) Posizione naturale
69.	Bringe die Antworten in die richtige Reihenfolge Fragen Antworten 1) Renraku-waza A) Selbstfall-Techniken 2) Shime-waza B) Konter-Techniken 3) Kaeshi-waza C) Würge-Techniken 4) Sutemi-waza D) Kombinations-Techniken	Place les réponses dans le bon ordre Questions Réponses 1) <i>Renraku-waza</i> A) Techniques de sacrifices 2) <i>Shime-waza</i> B) Techniques de contres 3) <i>Kaeshi-waza</i> C) Techniques d'étranglements 4) <i>Sutemi-waza</i> D) Techniques d'enchaînements	Metti le risposte nell'ordine corretto: Domande Risposte 1) Renraku-waza A) Tecnica di sacrificio 2) Shime-waza B) Tecniche di contra 3) Kaeshi-waza C) Tecniche di strangolamento 4) Sutemi-waza D) tecniche di combinazione
70.	Bringe die Antworten in die richtige Reihenfolge Fragen Antworten 1) Tsukuri A) Lieblings-Techniken 2) Yakusoku-geiko B) Variante 3) Kuzure C) Vorbereitende Aktion(en) 4) Tokui-waza D) freies Üben nach Absprache	Place les réponses dans le bon ordre Questions Réponses 1) <i>Tsukuri</i> A) Technique favorite 2) <i>Yakusoku-geiko</i> B) Variante 3) <i>Kuzure</i> C) Action préparatoire (construire) 4) <i>Tokui-waza</i> D) Entraînement libre, avec concertation	Metti le risposte nell'ordine corretto: Domande Risposte 1) Tsukuri A) Tecniche favorite 2) Yakusoku-geiko B) Variante 3) Kuzure C) azione preparatoria 4) Tokui-waza D) esercitazione libera con intesa
71.	Was heisst Yoko-ukemi? () seitwärts Fallen () Eingänge üben, wiederholen () Schulter-Kontrolle	Que signifie <i>yoko-ukemi</i> ? () Chute de côté () Exercice répétitif d'entrées () Contrôle par l'épaule	Cosa significa yoko-ukemi? () Caduta laterale () pratica Ingressi, ripetizione () Controllo con spalla
72.	Was heisst Za-rei? () Bodenarbeit () Grüssen im Knien () Verteidigungsstellung	Que signifie <i>za-rei</i> ? () Travail au sol () Salut à genou () Posture défensive de base	Cosa significa Za-rei? () Lavoro al suolo () Saluto in ginocchio () Posizione di difesa base
73.	Bringe die Antworten in die richtige Reihenfolge Fragen Antworten 1) Ne-waza A) Techniken im Stand 2) Tachi-waza B) Selbstfall-Techniken 3) Sutemi-waza C) Techniken am Boden 4) Ate-waza D) Schlag-Techniken	Place les réponses dans le bon ordre Questions Réponses 1) <i>Ne-waza</i> A) Techniques debout 2) <i>Tachi-waza</i> B) Techniques de sacrifice 3) <i>Sutemi-waza</i> C) Techniques au sol 4) <i>Ate-waza</i> D) Techniques de coups frappés	Metti le risposte nell'ordine corretto: Domande Risposte 1) Ne-waza A) Tecniche in piedi 2) Tachi-waza B) Tecniche di sacrificio 3) Sutemi-waza C) Tecniche al suolo 4) Ate-waza D) Tecniche di colpi

*: l/f = leicht / facile / leggermente; m = mittel / mi-difficile / medio; s/d = schwierig / difficile