



REGLER FOR SVART BELTE (DAN)

GRADERINGER I JUJUTSU

1. Omfang av disse regler

- 1.1. Det følger av Norges Kampsportforbund (NFK)s lov §21 at seksjonsstyrene er satt til å ivareta idrettslige aktiviteter, herunder evt. graderinger. Seksjonsstyret for jujutsu har dermed det faglige ansvar for beltegrader av svart belte i jujutsu tilkjent i Norge.
- 1.2. Forbundsstyret har instruksjonsrett overfor seksjonene og har regulert at attestasjon av beltegrader må attesteres av NFKs president.
- 1.3. Forbundet kan bare tilkjenne graderinger til enkeltmedlemmer av klubber tilsluttet NKF, og skal avstå fra å tilkjenne grader til enkeltmedlemmer i andre lands særforbund. Unntatt herfra er æresgraderinger tilkjent i samråd med internasjonalt særforbund eller graderinger gitt direkte fra overordnet forbund.
- 1.4. NKF kan tilkjenne graderinger gjennom:
 - Godkjenning av grad som er tildelt av stilartsorganisasjon eller annet skikket graderingspanel som er godkjent av seksjonsstyret
 - Godkjenning av grad tilkjent av annet nasjonalt særforbund
 - Godkjenning av grad tilkjent direkte av seksjonsstyret eller/og forbundet oppnevnte graderingspanel for jujutsu.
 - Tilkjenning i henhold til herunder nevnte spesielle betingelser
 - I tillegg er alle graderinger tildelt direkte av overordnet særforbund automatisk anerkjent.

2. Graderingspanel

- 2.1. Avhengig av hva seksjonsstyret finner formålstjenlig, kan graderingspanelet oppnevnes som en fast komité, for en tidsbegrenset periode, eller for å gjennomføre en enkelt gradering. Seksjonen kan av praktiske hensyn oppnevne flere graderingspaneler hvis dette er nødvendig for den praktiske gjennomføring av geografiske eller økonomiske hensyn.

- 2.2. Graderingspaneler skal bestå av et ulikt (oddtall) antall skikkede personer som alle innehar minst den dan-gradering kandidaten søker å oppnå. I tillegg må leder av panelet ha minst én grad over hva panelet skal kunne tilkjenne. Det skal imidlertid tilstrebes å bruke de til enhver tid høyeste graderte.
- 2.3. Graderingspanelets avgjørelser er endelige og kan ikke ankes fra kandidatens side. Det vises for øvrig til pkt. 4.6.
- 2.4. Seksjonsstyret kan, om dette finnes formålstjenlig, oppnevne medlemmer av graderingspanel(er) som ikke er medlem av eget forbund, for eksempel utenlandsk mester.

3. Krav til Kandidater

- 3.1. Kandidater må være medlem av klubb tilsluttet NKF og inneha klubbens samtykke til å fremsette sitt kandidatur for graderingen.
- 3.2. Kandidater til 1.dan må være fylt 16 år og ha trent jujutsu i minst 5 år.
- 3.3. Kandidater for gradering skal inneha en minstetid siden sist gradering tilsvarende den dan-grad kandidaten søker. (D.v.s. at kandidater til 2.dan skal ha to års erfaring siden 1. dan, kandidater til 3.dan tre års erfaring siden 2.dan, osv.)

4. Teknisk eksaminering for 1. t.o.m. 5.dan

- 4.1. Graderingspanelet skal gjennomføre slik teknisk teoretisk og praktisk eksaminering det finner nødvendig for å bekrefte kandidatens skikkethet for graderingen.
- 4.2. Graderingstesten skal ta utgangspunkt i vedlagte poengskjema med 15 kategorier hvor det legges opp til en gradvis spesialisering (avstemmes på forhånd med graderingspanelet);
 - 1.dan; Kan velge bort inntil 3 kategorier bortsett fra B og J
 - 2.dan; Kan velge bort inntil 5 kategorier bortsett fra B og J
 - 3.dan; Kan velge bort inntil 7 kategorier bortsett fra E eller F
 - 4.dan; Kan velge bort inntil 10 kategorier bortsett fra E eller F
 - 5.dan; Frihet til å velge vekk – spesialisering
- 4.3. Eksempel på gjennomføring av graderingstest;

Innledningsvis kan kandidaten bli bedt om å forevise kampstilling, forflytninger og vendinger med avledninger og blokkeringer. Stoppfall og rullefall demonstreres samt ulike frigjørings teknikker.

Deretter kan kandidaten forevise grunnteknikker fra nedenstående grupper, utifra graderingspanelet ønske med mulige applikasjoner og kombinasjoner av disse samt motangrep/kontringer.

GRUNNTEKNIKKER

Kast/fellinger	Kontrollangrep	Slag/spark
Hoftekast	Holdegrep	Slag
Benkast	Stranguleringsgrep	Spark
Arm/håndkast	Låsegrep	Støt
Offerkast		Blokkeringer

Videre kan kandidaten bli bedt om å demonstrere forsvarsteknikker utifra nedenstående liste og graderingspanelets ønske, både i.f.t. avtalte og uavtalte angrep.

FORSVARSTEKNIKKER – Mot én eller flere angripere!

Forsvar mot kontaktangrep	Forfra
	Bakfra
	På bakken
Forsvar mot slag/spark	Forfra
	På bakken
Forsvar mot våpenangrep	Forfra

Eksempler på kontaktangrep:

- Håndleddsgrep
- Strupetak
- Hårtak
- Klestak
- Hodelås
- Livtak
- Nakkelås

Eksempler på slag/spark og våpenangrep:

- Rett slag
- Svingslag
- Rett spark
- Rundspark
- Sidespark
- Slag med batong/stokk
- Knivstikk/hugg

Kandidaten kan også bli bedt om å fremvise kjennskap til konkurransedisiplinene Duo og/eller Fighting.

4.3 Ovenstående opplisting gjelder kun graderinger avholdt i forbundets regi. I tilfeller hvor forbundet godkjenner graderinger gitt i henhold til punkt 5.1. (Over 5.dan) kommer nevnte kriterier ikke til anvendelse.

4.4 Resultatet av graderingen avgjøres ved alminnelig flertall. Divergens i stemmegivning skal ikke offentligjøres av graderingspaneler eller dets medlemmer.

4.5 Kandidaten skal meddeles resultatet av graderingen straks panelet har hatt anledning til intern konsultasjon seg i mellom etter fullført graderingstest.

4.6 Kandidater som ikke består gradering må vente minst tre måneder før de igjen kan anmode om ny gradering.

5. Graderinger utover 5.dan

- 5.1. Graderinger utover 5.dan er basert på særskilt utvist faglig dyktighet innen jujutsu.
- 5.2. Graderinger utover 5.dan følger de samme retningslinjer til erfaring som til ovenstående punkt 3.3.
- 5.3. Forbundsgraderinger utover 5.dan tildeles av forbundsstyret etter innstilling fra seksjonsstyret.

6. Særskilte bestemmelser

- 6.1. Honorære dan graderinger nyttes ikke av NKF. De eneste honorære graderinger anerkjent av forbundet er grad tildelt av internasjonalt særforbund.
- 6.2. Grader tildeles automatisk på grunnlag av ekstraordinære resultater i internasjonale seniormesterskap i henhold til følgende bestemmelser:
 - Vinner av to individuelle kontinentale seniormesterskap (Europamesterskap) som innehar minst 1.dan, rykker opp én dan-grad uansett grad vedkommende har på det tidspunkt resultatet oppnås.
 - Vinner av et individuelt verdensmesterskap, som allerede innehar minimum 1.dan, rykker automatisk opp én dan-grad uansett grad vedkommende har på det tidspunktet resultatet oppnås.
 - Opprykk på grunnlag av konkurranseresultat kan gis maks. to ganger til samme person.
- 6.3. Dan-gradering basert på senioritet kan tildeles personer over 40 år, som har trent og undervist jujutsu regelmessig i herunder angitte antall år, såfremt kandidaten har bestått teknisk gradering for tidligere tilkjent dan-grad og klubben fremsetter søknad med anbefaling av tre utøvere med minst samme grad som søkes tilkjent, hvorav en utøver må inneha én gradering høyere enn den som ansøkes. I slike tilfeller må kandidaten i tillegg til anbefalingen tilfredsstille følgende erfaringskrav:
 - 2.dan, 7 år med 1.dan
 - 3.dan, 8 år med 2.dan
 - 4.dan, 9 år med 3.dan
 - 5.dan, 10 år med 4.dan
 - 6.dan, 15 år med 5.dan
 - 7.dan, 18 år med 6.dan
 - 8.dan, 21 år med 7.dan

7. Graderingsprosedyre for graderingstester

- 7.1. Kandidaten må forut for graderingen fremlegge:
 - Attestasjon av samtykke fra klubb for å gå opp til graderingen
 - Liste over tidligere graderinger som angir grad, dato og graderingsmyndighet (attestert av klubb) eller kopi av dan-diplomer for tidligere graderinger.

- 7.2. Panelet kan, i samråd med kandidat, bestemme om graderingen skal holder lukket eller åpen for tilskuere.
- 7.3. Graderingen er underlagt de samme sikkerhetsbestemmelser som er angitt for jujutsu konkurranser i regi av NKF.
- 7.4. Graderingspanelet skal være iført jujutsu drakt eller offisielt dommerantrekk. Alle medlemmer av panelet bør være likt antrukket.
- 7.5. Kandidaten skal være antrukket hvit, ren jujutsu drakt. Det gis imidlertid anledning til å dispensere for mindre avvik i antrekk hvor panelet finner dette rimelig.
- 7.6. Gjennomføring av eksaminering:
 - 7.6.1. Graderingspanelets leder skal åpne og avslutte eksamineringen med formell hilsen (rei).
 - 7.6.2. Panelet skal gjennomføre og avslutte graderingen uten unødige avbrekk, for så å trekke seg tilbake til vurderingskonferanse og avstemming. Avstemming avgjøres ved alminnelig flertall. Det skal ikke nyttes karakterer utover bestått eller ikke-bestått.
 - 7.6.3. I tillegg til teknisk dyktighet skal panelet også vurdere kandidatens innsats, holdning/innstilling og modenhet.
 - 7.6.4. Upassende eller usportslig opptreden skal automatisk diskvalifisere kandidaten fra å fullføre graderingen.
 - 7.6.5. Etter avstemming meddeles graderingsresultatet til kandidaten av panelets leder som meddeler resultatet som følger: "Panelet har funnet (kandidatens fulle navn) å ha bestått/ikke bestått graderingen til (angi dan-grad). Panelet takker kandidaten for innsatsen."
 - 7.6.6. Stemmegiving, eller stemmefordeling, skal ikke offentligjøres utenfor graderingspanelet.

8. Graderingssertifikat

- 8.1. Sertifikater for tildelt grad utstedes av NKF.
- 8.2. Graderingssertifikat kan utstedes av internasjonalt særforbund etter anmodning og attestering av NKF.
- 8.3. Tildelt gradering skal benevnes med dan-grad påfulgt av NKF (Eks. 1.dan NKF) eller dan-grad påfulgt av forkortelsen til det internasjonale særforbundet (eks. 2.dan JJIF).



Poengskjema

DAN-GRADERINGSTEST JUJUTSU

Graderingspanel (hovedsensor minst 2 grader over kandidat og medsensorer minst 1 grad over):

- 1).....
- 2)
- 3)

Graderingstesten skal skje i.h.t. graderingsreglementets pkt. 7.6

POENGSKALA FRA 0-10, kun hele poeng avgis (maks. 160 poeng til 1. dan)

Fallteknikker - stoppfall - rullefall	Kat. A		Forsvar mot kontaktangrep forfra - Hals/hode - Kropp	Kat. G	
Kast/fellinger - Hoftekast - Benkast - Arm/håndkast - Offerkast	Kat. B		Forsvar mot kontaktangrep bakfra - Hals/hode - Midje/nakke	Kat. H	
Kontrollgrep - Holdegrep - Stranguleringsgrep - Låsegrep	Kat. C		Forsvar mot kontaktangrep på bakken - Overskrevs - Mellom beina	Kat. I	
Slag/spark m.m. - Slag - Spark - Støt - Blokkeringer	Kat. D		Forsvar mot slag/spark - Rett slag - Sving slag - Front spark - Rund spark - Spark mot hode (liggende)	Kat. J	
Kombinasjoner (direkte/indirekte*) - Slag/spark kombinasjoner - Kast/grep kombinasjoner	Kat. E				
Kontringer - Mot kast/grep	Kat. F		Forsvar mot våpenangrep - Batong/stokk - Kniv	Kat. K	
Etikette/holdning/innstilling/innsats - Guard/avstand - Skjerming/beskyttelse			Forsvar mot flere angripere med eller/og uten våpen	Kat. L	
Oversikt/kontroll/fokus/blikk			Mønster/kampprogram - Ubevæpnet - Bevæpnet	Kat. M	
Prinsipper/forståelse/bevegelsesmønster - Balansebrytning - Unnvikelser/friggjøringer			Frikamp/konkurranse/uavtalte angrep Duo (serie 1-4) og/eller Fighting (del 1-3)	Kat. N	
Bestemthet/dominans/effektivitet			Trykkpunktteknikker/ gjenopplivingsteknikker	Kat. O	
POENGSUMMERING			POENGSUMMERING		

Merknader:

* Direkte komb. = en teknikk som påfølger, for eksempel slag + spark eller kast + grep

Indirekte komb. = en teknikk som endres underveis, for eksempel ved kast og motstand og endring til nytt kast eller annen teknikk