

DJU-SU



EXAMENEISEN ZWARTE BAND

ALGEMENE EISEN DAN EXAMENS:

- ✓ Een bewijs van goed gedrag kunnen overleggen (VOG);
- ✓ Voorbeeldfunctie in gedrag en training.

EXAMENEISEN 1^e DAN

Wachttijd: 1.5 jaar

Leeftijd: 16 jaar of ouder

Eisen:

- ✓ Interne EHBSO opleiding.
- ✓ Dju-Su minstens 1x per week blijven beoefenen.
- ✓ Examen oefeningen 45 t/m 50:

EXAMENOEFFENING 45:

Alle voorgaande examen oefeningen en verdedigingen op gevechtssnelheid kunnen uitvoeren. De examiner maakt een selectie uit de stof.

EXAMENOEFFENING 46:

De examen kandidaat moet alle theorie kennen. Dit wordt getoetst in een schriftelijk theorie examen van 25 vragen.

EXAMENOEFFENING 47:

De examen kandidaat moet alle theorie kennen. Dit wordt getoetst in een schriftelijk theorie examen van 25 vragen.

EXAMENOEFFENING 48:

De examen kandidaat moet in staat zijn zich buiten te verdedigen in de volgende scenario's:

1. In de auto of op de fiets;
2. Wandelend in afgelegen bospad;
3. Geld op nemen bij pinautomaat;
4. In een drukke (uitgaansgelegenheid);
5. Helpen van een derde die door een groep belaagd wordt.

Deze situaties dienen voorbereid te worden en in normale kleding en in een realistische setting te worden uitgevoerd.

EXAMENOEFFENING 49:

De examen kandidaat moet mondeling enkele principes kunnen uitleggen van technieken. De examiner stelt een aantal vragen.

EXAMENOEFFENING 50:

De examen kandidaat kan een pistool hanteren. Dit wordt in de praktijk getoetst. Daarnaast kan de examen kandidaat uitleggen waar je in zelfverdediging tegen een wapen op moet letten:

- ✓ Stok
- ✓ Mes
- ✓ Pistool

EXAMENEISEN 2^e DAN

Wachttijd: 2 jaar

Leeftijd: 18 jaar of ouder

Eisen:

- ✓ Interne Instructeursopleiding.
- ✓ Dju-Su minstens 1x per week blijven beoefenen.
- ✓ Examen oefeningen 51 t/m 55*:

EXAMENOEFFENING 51:

De examenkandidaat demonstreert: 2 zelfontwikkelde polsbevrijdingen.

EXAMENOEFFENING 52:

De examenkandidaat demonstreert: 2 zelfontwikkelde schoudergreep bevrijdingen.

EXAMENOEFFENING 53:

De examenkandidaat demonstreert: 2 zelfontwikkelde dubbele kledinggreep bevrijdingen.

EXAMENOEFFENING 54:

De examenkandidaat demonstreert: 2 zelfontwikkelde nekbevrijdingen.

EXAMENOEFFENING 55:

De examenkandidaat demonstreert: 2 zelfontwikkelde omklemmingsbevrijdingen.

*de examenkandidaat dient gebruik te maken van diverse technieken zoals: blokken, stoten, slagen, trappen, klemmen, neerhalen, grondgevecht, wapens.

EXAMENEISEN 3^e DAN

Wachttijd: 3 jaar

Leeftijd: 21 jaar of ouder

Eisen:

- ✓ Minstens 5 externe seminars moderne zelfverdediging volgen.
- ✓ Dju-Su minstens 1x per week blijven beoefenen.
- ✓ Examen oefeningen 56 t/m 60:

EXAMENOEFFENING 56:

De examenkandidaat organiseert een Dju-Su seminar (tijdens de wachttijd).

EXAMENOEFFENING 57:

De examenkandidaat geeft 10 Dju-Su lessen (tijdens de wachttijd).

EXAMENOEFFENING 58:

De examenkandidaat demonstreert een demonstratiegevecht van 3 minuten

EXAMENOEFFENING 59:

De examenkandidaat controleert een agressor. De Dju-Su leraar traint de kandidaat hiervoor tijdens de wachttijd. Het omhelst:

1. (hand)boei technieken.
2. Controle technieken.
3. Transport technieken.

EXAMENOEFFENING 60:

De examenkandidaat kan leidingnemen om met behulp van anderen één of meerdere agressors te controleren. Hierbij horen ook verbale technieken en niet fysieke tactieken om agressie te reguleren. Indien nodig kan gepast fysiek geweld toegepast worden. Hierbij horen ook separatietechnieken voor beroepspersoneel. De Dju-Su leraar traint de kandidaat hiervoor tijdens de wachttijd.

EXAMENEISEN 4^e DAN

Wachttijd: 4 jaar

Leeftijd: 25 jaar of ouder

Eisen: Dju-Su minstens 1x per week blijven beoefenen.

EXAMENEISEN 5^e DAN

Wachttijd: 5 jaar

Leeftijd: 30 jaar of ouder

Eisen: Dju-Su minstens 1x per week blijven beoefenen.