

## Ju-Jutsu BETA pensum opdatering v. 27-08-2021

Vi startede arbejdet på at opdatere det hidtidige Ju-Jutsu pensum for mere end 3 år siden. Flere Ju-Jutsukaer har været involveret i arbejdet og har bidraget med input til de forskellige områder af pensum.

Det er der nu kommet en første revideret udgave ud af!

Vi offentliggør den som en "beta" udgave, hvilket betyder, at der vil komme flere mindre opdateringer til denne udgave inden den bliver "endelig". Det betyder også, at alle er velkomne til at komme med tilbagemeldinger til Stilartsudvalget. Vi vil kigge på alle tilbagemeldinger og vurdere hvordan vi kan bruge dem ift. pensum og det arbejde, som allerede er gennemført.

Bemærk, at vi har vedlagt en beskrivelse af et koncept for at afholde selvforsvarskurser og et udkast til at graduere til et gult bælte med udgangspunkt i selvforsvarsteknikkerne. Derefter vil ju-jutsukaen graduere videre i "normalt" orange etc. Grundtanken er, at vi måske kan etablere en anden "vej" ind til vores pensum (med inspiration fra det tyske Ju-Jutsu), som går mere direkte fra dét vi præsenterer på et selvforsvarskursus.

Vi åbner også for, at alle, der har lyst til at afprøve det, kan vælge at træne op til næste graduering i beta-udgaven af pensum!

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