



***NINJUTSU***

***BUJINKAN HAMBURG***



---

# **Ninjutsu Studien- und Testprogramm**

## **10. bis 1. Kyu**



---

## Inhaltsverzeichnis

|                                |    |
|--------------------------------|----|
| Übersicht 10. und 9. Kyu ..... | 4  |
| 10. Kyu .....                  | 5  |
| 9. Kyu .....                   | 6  |
| Übersicht 8. und 7. Kyu .....  | 7  |
| 8. Kyu .....                   | 8  |
| 7. Kyu .....                   | 9  |
| Übersicht 6. und 5. Kyu .....  | 10 |
| 6. Kyu .....                   | 11 |
| 5. Kyu .....                   | 12 |
| Übersicht 4. und 3. Kyu .....  | 13 |
| 4. Kyu .....                   | 14 |
| 3. Kyu .....                   | 15 |
| Übersicht 2. und 1. Kyu .....  | 16 |
| 2. Kyu .....                   | 17 |
| 1. Kyu .....                   | 18 |
| Kontakt .....                  | 19 |



### 10. Kyu

### 9. Kyu

**Taihen Jutsu**  
(Rollen u. Fallübungen)



Vorwärtsrollen  
Seitwärtsrollen



Rückwärtsrollen  
Tobis und Ukemi

**Daken Taijutsu**  
(Schläge u. Tritte)

Kamae, Tritte,  
Schläge, Blocken

Schläge und Tritte  
(am Polster)

**Ninjutsu Concepts**

6 Richtungen  
(mit Schlägen)

5 Elemente



**Ju Tai Jutsu**  
(Hebel und Ringen)

Hebel



Hebel

**Sparring**

Push Hand

Sumo

**Waffen**

Hanbo Schläge

Hanbo Blöcke

**Ninjutsu Selfdefense**

Te Hodoki

Te Hodoki



**Newaza**

Boden



Boden



---

## 10. Kyu

|                             |   |
|-----------------------------|---|
| <b>Taihen Jutsu</b>         | Vorwärtsrollen und Seitwärtsrollen <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Zempo Kaiten Ryote</li><li>▪ Zempo Kaiten Katate</li><li>▪ Yoko Kaiten</li><li>▪ Yoko Nagare</li><li>▪ Yoko Nagare Naname</li><li>▪ O Ten (Ryote und Katate)</li></ul>   |
| <b>Daken Taijutsu</b>       | Kamae <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Shizen No Kamae</li><li>▪ Ichimongi no Kamae</li><li>▪ Doko no Kamae</li><li>▪ Hoko no Kamae</li><li>▪ Hira no Kamae</li><li>▪ Hicho no Kamae</li><li>▪ Jumongi no Kamae</li><li>▪ Kosei no Kamae</li></ul> Tritte <ul style="list-style-type: none"><li>▪ SokuYaku Keri (Zempo, Koho, Yoko)</li></ul> Schläge <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Tsuki (Shikanken), Umote Shuto (Kitenken), Ura Shuto (Kitenken)</li></ul> Blöcke <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Jodan Uke (Uchi und Soto)</li><li>▪ Gedan Uke (Uchi und Soto)</li></ul> |
| <b>Ninjutsu Concepts</b>    | 6 Richtungen – aus Shizentai gegen Tsuki <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Uchi und Soto 45° nach hinten</li><li>▪ Uchi und Soto 90°</li><li>▪ Uchi und Soto 45° nach vorne</li></ul> <span style="font-size: 2em; vertical-align: middle;">}</span> - mit Schlägen<br>- als Block<br>- als Tobi und Rolle  |
| <b>Ju Taijutsu</b>          | Hebel <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Umote Gyaku</li><li>▪ Ura Gyaku</li></ul>   |
| <b>Sparring</b>             | Push Hands  |
| <b>Waffen</b>               | Hanbo Schläge   |
| <b>Ninjutsu Selfdefense</b> | Te Hodoki <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Soto Mawashi Dori</li><li>▪ Uchi Mawashi Dori</li></ul>   |
| <b>Newaza</b>               | Boden<br>(Aus der Mount: Armbar, UdeGaramme, SanKakuJime)   |

---



---

## 9. Kyu

|                             |   |
|-----------------------------|---|
| <b>Taihen Jutsu</b>         | Rückwärtsrollen, Tobi und Ukemi <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Koho Kaiten</li><li>▪ Ushiro nagare</li><li>▪ Gyaku nagare</li><li>▪ Tobi 45° nach hinten (Happo Hicho Tobi)</li><li>▪ Tobi Keri</li><li>▪ Zempo Ukemi</li></ul>                |
| <b>Daken Taijutsu</b>       | Schläge und Tritte am Polster <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Tritte: SokuYaku Keri (Zempo, Koho, Yoko), Kin Keri, Keri Age, Soku Keri, Keri Harai, Keri Otoshi, Sokuto Keri</li><li>▪ Schläge: BuriKen, TsuiKen, OmoteShto, UraShuto</li></ul> |
| <b>Ninjutsu Concepts</b>    | 5 Elemente <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Go Gyo no Kata (Uchi)</li></ul>  |
| <b>Ju Taijutsu</b>          | Hebel <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Musha Dori</li><li>▪ Gosha Dori</li><li>▪ Hon Gyaku</li><li>▪ Umote Gyaku</li><li>▪ Ura Gyaku</li></ul>   |
| <b>Sparring</b>             | Sumo  |
| <b>Waffen</b>               | Hanbo Blöcke  |
| <b>Ninjutsu Selfdefense</b> | Te Hodoki <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Soto Mawashi Dori</li><li>▪ Uchi Mawashi Dori</li><li>▪ Yahazu Gake</li></ul>   |
| <b>Newaza</b>               | Boden   |

---



## 8. Kyu

## 7. Kyu



**Taihen Jutsu  
(Rollen u. Fallübungen)**

Rollen gegen Kihon Angriffe  
(ausweichen, blocken, rollen)

Rollen gegen Schwertschnitte  
Reissockenspiel

**Daken Taijutsu  
(Schläge u. Tritte)**

Kata ( Hicho u. Jumongi )  
Pratzenarbeit

Kata ( Koku u. HaraiGoshi)  
Pratzenarbeit

**Ninjutsu Concepts**

6 Richtungen  
(anders von innen)

Kami Waza Ropo  
(Kontrolltechniken am Boden)



**Ju Tai Jutsu  
(Hebel und Ringen)**

Hebel, Würfe und  
Würfetechniken

Hebel und Würfe

**Sparring**

JuTaijutsu Basic

Semikontakt

**Waffen**

Schwert  
(Kamae und Schnitte)

Bo und Tanto  
(Kamae und Kihon)

**Ninjutsu Selfdefense**

Tai Hodoki

Tai Hodoki



**Newaza**

Boden

Boden und Ringen



---

## 8. Kyu

**Taihen Jutsu** Rollen und Kihon Angriffe (ausweichen, blocken, rollen)

**Daken Taijutsu** Hicho Kata  
Jumongi Kata  
Pratzenarbeit

**Ninjutsu Concepts** 6 Richtungen (umgekehrt, ohne Uke und mit Uke)

---

**Ju Taijutsu**

Hebel

- Oni Kudaki, Ura Oni Kudaki, Take Ori, Omote Take Ori, O Gyaku, Tai Gyaku

Würfe

- Harai Goshi, SeoeNage (Ippon, Morote, Osoto), OGoshi

Würgetechniken

- San Kaku Jime, Hon Jime, Gyaku Jime, Eri Jime, Shin Jime, Gi Jime

**Sparring** Jutaijutsu Basics

**Waffen**

Schwert – Kamae

- Seigan, Ichi, Dai Jodan, Chudan, Gedan, To Sui, Hasso, Kassumi, Waki, ToTokuHyoShi

Schwert – Schnitte

- Shomen Giri, Yoko Men, Do Giri, Kesa Giri, Gyaku Kesa Giri

**Ninjutsu Selfdefense** Tai Hodoki

- Soto Mawashi Dori
- Uchi Mawashi Dori
- Ogami Dori
- Shuto Uchi
- Hitami Hazushi
- Yahazu Gake
- San Ka Jo

---

**Newaza** Boden





---

## 7. Kyu

|                             |  |
|-----------------------------|--|
| <b>Taihen Jutsu</b>         | Rollen gegen Schwertschnitte<br>Reissockenspiel  |
| <b>Daken Taijutsu</b>       | Koku Kata<br>Harai Goshi Kata<br>Pratzenarbeit   |
| <b>Ninjutsu Concepts</b>    | Kami Waza Ropo (Kontrolltechniken am Boden) <ul style="list-style-type: none"><li>▪ 6 x Omote</li><li>▪ 6 x Ura</li></ul>  |
| <b>Ju Taijutsu</b>          | Hebel <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Ude Garame, OyaGoroshi, KoGoroshi</li></ul><br>Würfe <ul style="list-style-type: none"><li>▪ O Soto Keri, Ganzeki (Nage, Otoshi, Ori, Keri),<br/>Kata Guruma</li></ul> |
| <b>Sparring</b>             | Semikontakt<br><br>JutaiJutsu Randori (Stand und Boden)  |
| <b>Waffen</b>               | Bo Kamae <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Ichi, Seigan, Jodan, Waki, Gedan, Kage, Chudan,<br/>Tenchi, Otanashi</li></ul> Bo Kihon<br><br>Hanbo Kamae<br><br>Tanto Kamae<br>Tanto Kihon                        |
| <b>Ninjutsu Selfdefense</b> | Tai Hodoki <ul style="list-style-type: none"><li>▪ gegen Kanuki Jime (mit und ohne Arme)</li><li>▪ gegen Schwitzkasten</li><li>▪ gegen Nelson</li><li>▪ gegen Haare greifen</li></ul>                                |
| <b>Newaza</b>               | Boden<br>Ringen  |

---



## 6. Kyu

## 5. Kyu



**Taihen Jutsu**  
(Rollen u. Fallübungen)

---

---

**Daken Taijutsu**  
(Schläge u. Tritte)

Boxing 1- 5

Boxing 6-14

**Ninjutsu Concepts**

Kamae in Techniken

Kiai no Kata



**Ju Tai Jutsu**  
(Hebel und Ringen)

Jutai Hebel  
(vs. Greifen und Schlagen)  
Würgetechniken

Würfe vs. Boxen

**Sparring**

Randori (Boxen)

5 Distanzen  
Boxen



**Waffen**

Hanbo Kata 1-3  
Hanbo Hebel 1

Hanbo Kata 4-6  
Hanbo Hebel 2

**Ninjutsu Selfdefense**

Tai Hodoki  
Shime Hodoki

Muto Dori vs. Hanbo

**Newaza**

Boden

Boden



---

## 6. Kyu

|                             |  |
|-----------------------------|--|
| <b>Taihen Jutsu</b>         | ---  |
| <b>Daken Taijutsu</b>       | Boxtechniken 1 - 5   |
| <b>Ninjutsu Concepts</b>    | Kamae in Techniken   |
| <hr/>                       |  |
| <b>Ju Taijutsu</b>          | Jutaijutsu Hebel (gegen Greifen und Schlagen)<br>Würger: TaiJime, HagaiJime, KanukiJime  |
| <b>Sparring</b>             | Randori (Boxen)  |
| <hr/>                       |  |
| <b>Waffen</b>               | Hanbo Kata 1 – 3<br><br>Hanbo Hebel 1 <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Tsuke Iri</li><li>▪ Koshi Ori</li><li>▪ Omote Gyaku</li><li>▪ Ura Gyaku</li></ul>  |
| <b>Ninjutsu Selfdefense</b> | Tai Hodoki <ul style="list-style-type: none"><li>▪ gegen Kanuki Jime (mit und ohne Arme)</li><li>▪ gegen Schwitzkasten</li><li>▪ gegen Nelson</li><li>▪ gegen Haare greifen</li></ul><br>Shime Hodoki <ul style="list-style-type: none"><li>▪ gegen Hon Jime, Gyaku Jime, Shin Jime, San Kaku Jime</li></ul> |
| <b>Newaza</b>               | Boden  |



---

## 5. Kyu

**Taihen Jutsu** ---

**Daken Taijutsu** Boxing 6 - 14

**Ninjutsu Concepts** Kiai no Kata

---

**Ju Taijutsu** Würfe gegen Boxen (Takedowns)

**Sparring** 5 Distanzen  
Boxen

---

**Waffen** Hanbo Kata 4 – 6

Hanbo Hebel 2

- Gosha Dori
- Musha Dori
- O Gyaku
- Oni Kudaki

**Ninjutsu Selfdefense** Muto Dori gegen Hanbo

- 3 Basistechniken

**Newaza** Boden



#### 4. Kyu

#### 3. Kyu



**Taihen Jutsu**  
(Rollen u. Fallübungen)

---

---

**Daken Taijutsu**  
(Schläge u. Tritte)

Inch Punches

Boxdrills

**Ninjutsu Concepts**

Moguri (free work)  
6 Basistechniken

Konter vs. Kicks  
Block und Hebel vs. Tritte



**Ju Tai Jutsu**  
(Hebel und Ringen)

Hebel vs Boxen (Variationen)  
Shime vs. Jab

Kombinationen  
Tehodoki

**Sparring**

Randori (Mixed)

Randori (Diverses)



**Waffen**

Schwert (Rollen)  
Tanto Techniken

Schwert Kata 1-12  
Tanto Randori  
Bo Techniken

**Ninjutsu Selfdefense**

Muto Dori vs. Schwert

Muto Dori vs. Messer

**Newaza**

Boden und Ringen

Boden, Ringen, Boxen



---

## 4. Kyu

|                          |   |
|--------------------------|---|
| <b>Taihen Jutsu</b>      | ---   |
| <b>Daken Taijutsu</b>    | Inch Punches  |
| <b>Ninjutsu Concepts</b> | Moguri (free work) <ul style="list-style-type: none"><li>▪ 6 Basistechniken</li></ul> |

---

|                    |  |
|--------------------|--|
| <b>Ju Taijutsu</b> | Hebel (gegen Boxen, Variationen)<br>Jime gegen Jab |
|--------------------|--|

|                 |                 |
|-----------------|-----------------|
| <b>Sparring</b> | Randori (Mixed) |
|-----------------|-----------------|

---

|               |   |
|---------------|---|
| <b>Waffen</b> | Schwert Techniken (Rollen mit Schwert)<br>Tanto Techniken |
|---------------|---|

|                             |  |
|-----------------------------|--|
| <b>Ninjutsu Selfdefense</b> | Muto Dori gegen Schwert <ul style="list-style-type: none"><li>▪ 3 Basistechniken</li></ul> |
|-----------------------------|--|

|               |                 |
|---------------|-----------------|
| <b>Newaza</b> | Boden<br>Ringen |
|---------------|-----------------|






---

### 3. Kyu

|                             |  |
|-----------------------------|--|
| <b>Taihen Jutsu</b>         | ---  |
| <b>Daken Taijutsu</b>       | Boxdrills  |
| <b>Ninjutsu Concepts</b>    | Konter gegen Kicks<br>Block und Hebel gegen Tritte   |
| <b>Ju Taijutsu</b>          | Kombinationen<br>Tehodoki (gegen TsuiKen, gegen zwei Hände)  |
| <b>Sparring</b>             | Randori (Diverses)<br>Distanzen (1. gegen 5. usw.)   |
| <b>Waffen</b>               | Schwert (Kihon Ken Sabaki Kata 1 – 12) <ol style="list-style-type: none"><li>1. Dai Jodan Shomen Giri (Mako Giri)</li><li>2. Dai Jodan Karatake Uari</li><li>3. Hasso Kesa Giri (Ten-Chi-Jin Kesa Giri)</li><li>4. Hasso Gyaku Kesa Giri</li><li>5. Tachi Tsuki</li><li>6. Suwari Tsuki</li><li>7. Taihen Kaeshi Giri</li><li>8. Hanae Age Kiri Sage</li><li>9. Kocho Giri</li><li>10. Nuki Uchi Kiri Age Kata</li><li>11. Nuki Uchi Kiri Sage Kata</li><li>12. Sakate Nuki Uchi Kata</li></ol><br>Tanto Randori<br>Bo Techniken |
| <b>Ninjutsu Selfdefense</b> | Muto Dori gegen Tanto  |
| <b>Newaza</b>               | Boden<br>Ringen<br>Boxen   |



---

|   | 2. Kyu  | 1. Kyu  |
|---|---|---|
|   |    |    |
| <b>Taihen Jutsu<br/>(Rollen u. Fallübungen)</b> | TaiSabaki gegen<br>2 Gegner   | gegen Waffen  |
| <b>Daken Taijutsu<br/>(Schläge u. Tritte)</b>   | freies Boxen  | freies Boxen  |
| <b>Ninjutsu Concepts</b>                        | Sutemi (3 Basis)  | Sutemi (frei)   |
|   |   |   |
| <b>Ju Tai Jutsu<br/>(Hebel und Ringen)</b>      | Konter  | Konter<br>Bodenkampf  |
| <b>Sparring</b>                                 | Waffensparring  | Multiple Attack   |
|   |  |  |
| <b>Waffen</b>                                   | Schwert Kata 13-18<br>BoJutsu<br>Kusarifundo  | Kusarifundo<br>Muto Dori<br>Battojutsu (8x)   |
| <b>Ninjutsu Selfdefense</b>                     | Muto Dori vs. Messer<br>Gefesselte Hände  | Muto Dori vs. Pistol  |
| <b>Newaza</b>                                   | Boden, Ringen, Boxen  | Boden, Ringen, Boxen  |
| <b>Densho</b>                                   | Koto Ryu / Gyokko Ryu   | Takagi Yoshin Ryu<br>Shinden Fudo Ryu   |

---





---

## 2. Kyu

**Taihen Jutsu** TaiSabaki gegen 2 Gegner (im Liegen, Sitzen, Stehen)

**Daken Taijutsu** Freies Boxen

**Ninjutsu Concepts** Sutemi Techniken (3 Basistechniken)

- Tomoe Nage
- Yoko Nagare Waza
- Te Makura

---

**Ju Taijutsu** Konter gegen Hebel

**Sparring** Waffensparring

---

**Waffen** Schwert (Kihon Ken Sabaki Kata 13 – 18)

- 13. Nuki Uchi Mate Gaeshi
- 14. Nuke Uchi Jundae Gaeshi
- 15. Nuki Saya Gakushi
- 16. Nuki Saya Ate Hidari
- 17. Nuki Saya Ate Migi
- 18. Nuki Uchi Ate Migi

Bo Jutsu Kamae

- Ichi, Seigan, Jodan, Waki, Gedan, Kage, Chudan, Tenchi, Otanashi

Bo Jutsu Schläge  
10 Bo Techniken

Kusarifundo

**Ninjutsu Selfdefense** Muto Dori gegen Tanto

Gefesselte Hände

**Newaza** Boden  
Ringgen  
Boxen

**Densho** Koto Ryu / Gyokko Ryu



---

## 1. Kyu

|                             |  |
|-----------------------------|--|
| <b>Taihen Jutsu</b>         | Gegen Waffen   |
| <b>Daken Taijutsu</b>       | Freies Boxen   |
| <b>Ninjutsu Concepts</b>    | Sutemi (freie Techniken)                                       |
| <b>Ju Taijutsu</b>          | Konter<br>Gegen Bodenkampf (Gegner oben)                       |
| <b>Sparring</b>             | Multiple Attack  |
| <b>Waffen</b>               | Kusarifundo<br>Muto Dori<br>Schwert: Batto Jutsu (8 Techniken) |
| <b>Ninjutsu Selfdefense</b> | Muto Dori gegen Pistole  |
| <b>Newaza</b>               | Boden<br>Ringen<br>Boxen                                       |
| <b>Densho</b>               | Takagi Yoshin Ryu / Shinden Fudo Ryu                           |



## **BUJINKAN DOJO HAMBURG**

Charlie Schacht  
Osterstraße 172  
20255 Hamburg

Telefon (Dojo): 040 / 32 45 24

Telefon (Büro): 040 / 254 38 39

Fax: 040 / 254 38 39

E-Mail: [charliehh@web.de](mailto:charliehh@web.de)

Web: [www.ninjutsu-hh.de](http://www.ninjutsu-hh.de)

