



IMAF-Nederland
Brazilian Jiu Jitsu (BJJ)

purple belt

paarse band



Lijst van Wijzigingen

Nr	DATUM MUTATIE	AUTEUR
1	01-09-2024	Rudy Mulderij, initiële opzet
2		
3		



Vooraf

Braziliaans Jiu-Jitsu heeft een specifieke cultuur, geschiedenis en ethos en het behalen van een erkende band "belt" kost veel tijd en hard werken. Promoties zijn ter beoordeling van de instructeur en vanaf blauwe band kunnen examens met goedkeuring van de instructeur worden afgelegd en erkend bij IMAF Nederland.

Om examen voor paarse band brazilian jiu-jitsu te kunnen doen heeft de kandidaat een minimale leeftijd van 18 jaar.

Voor aanvang van het examen levert de kandidaat in drievoud het te demonstreren examen in bij de examencommissie.

Transities (overgangen van de ene naar andere positie) verlopen bij paarse banders zeer vloeiend.

De examenonderdelen zijn:

1. Eigen werkstuk ne waza (ground)

De kandidaat demonstreert een grondwerkstuk van zeven combinaties van minimaal 3 verschillende aanvalstechnieken uit minimaal 3 verschillende posities in de vorm van een werkstuk, waarbij de kandidaat op aanval van zijn keuze verdedigt en reageert die minstens uit 3 verschillende vervolgtechnieken bestaan. De kandidaat demonstreert hierbij vloeiende transities en permanente controle.

2. Eigen werkstuk tachi waza (throws/takedowns)

De kandidaat demonstreert een programma met 15 worpen en neerhaaltechnieken, waarbij een aantal over rechts en een aantal over links gevolgd door een controletechniek, op het niveau van de band waarin examen wordt gedaan. Danhouders judo en nihon ju-jutsu zijn voor dit onderdeel vrijgesteld.

3. Proeve praktische zelfverdediging, dus niet-sportgerelateerde aanvallen

De kandidaat wordt 3 x 2 minuten aangevallen door 2 en meer aanvallers, waarin hij zorgt voor eigen veiligheid en zich adequaat verdedigt. Danhouders nihon ju-jutsu zijn voor dit onderdeel vrijgesteld.

4. Randori, (light sparring, rolling)

De kandidaat rollt 1*8 minuten, waaruit blijkt dat hij met respect aan een competitie kan deelnemen.

Van de kandidaat wordt beheersing van onderstaande technieken verwacht, waaruit de kandidaat het bovengenoemde programma kan samenstellen.

Self Defense

- Guillotine defense
- Head lock defense from behind
- Side Head lock defense with punch
- Side head lock defense to the ground
- Chest push defense
- Punch defense

Throws and Takedowns

- Leg Throws (f.e. Osoto-Gari, O-uchi-gari, Ko-uchi-gari)
- Hip Throws (f.e. Koshi-Guruma, O- Goshi, Ippon Seoi Nage, Morote seoi Nage, Tai o Toshi)



- Two Double Leg (Morote-Gari)
- Two Single leg Takedown
- Two Counter Attacks

Mount

- Three ways to mount
- Three ways to keep the mount
- Four submissions
- One double / triple attack

Guard / Passing

- 6 different ways to pass and get the side control

Guard defense/ offense

- 6 submissions

Guard/ Sweeps (8)

- Open Guard
- Spider Guard
- Butterfly Guard
- De-La-Riva Guard
- X Guard

Half Guard / Quarter Guard

- Two ways to pass
- Two way to mount
- Two half Guard sweep
- Two quarter guard sweep/ reversal.

Side Control / North South

- Three ways to side control
- Five submissions

Knee on belly

- Knee on belly control
- Four submissions from Knee on Belly

Escapes

- 3x to Escape the side mount
- 3x to Escape the mount
- 3x to Escape the back
- 2x to Escape the knee on belly

Back

- Back Control, 4 submissions