

**Stand: 01.01.2024**

[Link](#) zu der Prüfungsordnung DTU (ab Seite 6)

## 6. Kup (Grüner Gürtel)

**Vorbereitungszeit:** mind. 2 Monate seit letzter Graduierung  
**Zulassungsvoraussetzung:** entfällt

### **Pflichtprogramm**

#### **Pflichtbereiche:**

**Überprüfung Vorprogramm:** Stichprobe aus bisherigen Pflichtprogrammen  
**Technik:** 2. Form  
**Zweikampf:** Step-Sparring + Pratzensparring (Angriff – Konter)  
**Theorie:** Bisherige Themen + Notwehrrecht sinngemäß

### **Wahlpflichtprogramm**

**Wahlbereiche: Von allen unten aufgeführten 5 Optionen ist 1 auszuwählen:**

**Technik:** 1) Grundsichule  
2) 1-Schritt-Kampf

**Zweikampf:** 3) Situations-Sparring (Angriff – Konter)  
4) Freies Sparring (1 Runde lt. WOZ)

**Selbstverteidigung:** 5) Verteidigung gegen Angriffe aus der Nahdistanz