



## Trainerprüfung

### Anforderungen:

- a) Mindestalter 16 Jahre
- b) Mindestens Grüngurt
- c) Jährliche Prüfung

### Prüfungsinhalt:

- a) Wettkampfbregeln
- b) Notwehrparagrah
- c) Prüfungsinhalte:
  - Weiß-Gelb-Gurt
  - Weiß-Orange-Gurt
  - Gelb-Gurt
  - Orange-Gurt
  - Grün-Gurt
  - Blau-Gurt
  - Braun-Gurt