



# Tatsu-Ryu-Bushido



„Artikel: Judo“

## Judo



**Ursprung & Geschichte:** Laut Historikern entwickelte sich Judo („der sanfte Weg“) im 17. Jahrhundert nach Christus in Japan aus einer Verschmelzung des chinesischen Kempo und des japanischen Jujutsu. In diesem Zusammenhang werden der chinesische Priester Chin Gen Pin sowie die Ronin Isogai, Miura und besonders Fukono als Urväter genannt [T. Kurihara, S. 13]. Als Begründer des modernen Judo gilt dagegen

Professor Jigoro Kano, der im 19. Jahrhundert nach Christus an der Universität Tokyo tätig war, und neben Sumo auch zahlreiche feudale japanische Kampfkünste studierte. Er schuf ein Erziehungssystem, das Körper und Geist auf gesunde Weise schulen sollte, und sowohl von Männern als auch Frauen jeglichen Alters als Kampfkunst oder Wettkampfsport ausgeübt werden kann. Judo verbreitete sich zunächst in Japan, und erlebte dort ebenso wie in den Vereinigten Staaten während des ersten und zweiten Weltkrieges eine Blüte. Für die Verbreitung in Deutschland sind besonders Professor Doktor Erwin Bälz zu nennen, der in Tokyo studierte und mit Jigoro Kano persönlich befreundet war, sowie Alfred Rhode, der 1920 in Frankfurt die erste deutsche Judo-Schule gründete. 1952 folgte das erste deutsche Dan-Kollegium, und seit 1964 ist Judo olympische Disziplin [W. Weinmann, S. 107ff].

**Inhalte und Prinzipien:** Judo ist eine Kampfform, die vollständig ohne harte Tritte, Schläge oder Stöße auskommt. Stattdessen werden neben grundlegenden Fall- und Rolltechniken eine breite Variation von Hand-, Hüft-, Körper- und Fußwürfen, Fußfegern sowie Griff-, Hebel-, Würge- und Bodentechniken gelehrt. Geübt wird zumeist auf Matten, und neben dem technischen Training wird besonderer Wert auf Körperbeherrschung, Gleichgewicht, Kraft und Kondition gelegt. Dabei ist das Randori („Übungskampf“) eine der wichtigsten Trainingsformen. Judo-Schüler sind an ihren weißen Anzügen („Gi“) und ihren farbigen Gürteln erkennbar, die den Leistungsstand des jeweiligen Schülers reflektieren [T. Kurihara, S. 27; W. Weinmann, S. 109]. Das moderne Judo ist eine Zweikampfsportart mit zahlreichen Gewichts- und Leistungsklassen und regelmäßigen Wettkämpfen für Männer und Frauen aller Altersgruppen. Ein Kampf kann durch einen so genannten Ippon gewonnen werden: Entweder wird der Gegner durch eine technisch einwandfreie und dynamische Technik zu Fall gebracht oder 30 Sekunden lang am Boden festgehalten. Selten kommt es auch vor, daß ein Gegner auf Grund eines Hebels oder Würgegriffes aufgibt. Des Weiteren gibt es ein System von Wertungen und Bestrafungen, die im Falle des Ausbleibens eines Ippon über den Sieger entscheiden [W. Weinmann, S. 109f].

<b>Autor:</b>	René Schaal
<b>Bilder:</b>	Tatsu-Ryu-Bushido – Canon EOS 400 D
<b>Erstellt am:</b>	03/2008
<b>Copyright:</b>	1987-2008 <a href="http://www.tatsu-ryu-bushido.com">www.tatsu-ryu-bushido.com</a>
<b>Quellen:</b>	Tamio Kurihara, Howard Wilson: „Meisterliches Judo“; Parzeller&Co., 1966
	Wolfgang Weinmann, „Das Kampfsport-Lexikon“; Weinmann-Verlag, 1995