

Gelbgurt (9. Kyu)

Theorie

1. Nenne weitere wichtige Kommandos und Handzeichen des Kampfrichters.

KOMMANDO	BEDEUTUNG IM WETTKAMPF
• <i>Osae-komi</i>	Haltegriff;
• (<i>Osae-komi</i>) <i>Toketa</i>	Haltegriff gelöst;
• <i>Sono-mama</i>	„nicht bewegen“, gilt für beide Kämpfer;
• <i>Yoshi</i>	„weitermachen“, nach <i>Sono-mama</i> .
• <i>Ippon</i>	ganzer Punkt (10 Punkte), Kampf ist zu Ende
• <i>Waza-ari</i>	halber Punkte (7 Punkte)
• <i>Waza-ari awasete Ippon</i>	zwei <i>Waza-ari</i> ergeben Ippon (10 Punkte)
• <i>Yuko</i>	technischer Vorteil (5 Punkte)

Hinweis: Unabhängig davon, wie viele *Yuko* vergeben werden, erreichen sie nie einen *Waza-ari* oder *Ippon*. Das heißt, die Unterbewertung von 5 Punkten bleibt immer gleich und wird nicht addiert. Die vergebene Anzahl an *Yuko* wird aber registriert und entscheidet, wenn auf der Anzeigetafel Gleichstand aller übrigen Wertungen gegeben ist.

2. Was ist im Judo nicht erlaubt?

Im *Judo* sind folgende Dinge nicht erlaubt:

- Beißen
- Zwicken
- in das Gesicht greifen
- Finger umbiegen
- jede Art von Schlägen und Tritten
- unfair kämpfen
- den Partner absichtlich verletzen.

3. Wann wird *Osae-komi* angesagt und wie lange muss dieser gehalten werden?

Osae-komi wird vom Kampfrichter angesagt, wenn folgende Voraussetzungen erfüllt sind:

- der Festgehaltene muss von *Tori* kontrolliert werden
- die Kontrolle kann von oben, von der Seite oder vom Kopf her erfolgen (den Kopf alleine zu halten – sogenannter „Schwitzkasten“ – ist kein *Osae-komi*)
- der Rücken oder zumindest eine Schulter des Festgehaltenen muss mit der Matte in Kontakt sein.
- *Osae-komi* wird auch außerhalb der Kampffläche angesagt, wenn nach einer gültigen Wurfaktion beide Kämpfer auf der Sicherheitsfläche auftreffen und unmittelbar danach eine Festhaltetechnik angesetzt wird.
- Uke darf weder Bein (Beine) noch den Körper von *Tori* mit seinen Beinen umschlingen.

- *Ippon*voller Punkt (10 Punkte).....Festhaltegriff 20 Sekunden
- *Waza-ari*halber Punkt (7 Punkte).....Festhaltegriff zwischen 15 und 19 sec.
- *Yuko*„technischer Vorteil“ (5 Punkte).....Festhaltegriff zwischen 10 und 14 sec.

4. Wie verkündet der Kampfrichter eine Kampfunterbrechung am Boden (*Sono-mama*) und wie musst du dich dann verhalten?

Sono-mama wird vom Kampfrichter angesagt, wenn er den Kampf vorübergehend unterbrechen möchte, ohne dass sich die Position der Kämpfer verändert. *Sono-mama* kann nur im Bodenkampf angewendet werden. Es gibt folgende Situationen, in denen der Kampfrichter dieses Kommando verkündet:

- Wenn er am Boden jenen Kämpfer, der sich in einer ungünstigen Position befindet, bestrafen möchte.
- Wenn am Boden ein Kämpfer offensichtlich verletzt ist, oder dies dem Kampfrichter anzeigt und ein Arzt erforderlich ist.

Der Kampfrichter berührt mit seinen Händen beide Kämpfer und verkündet *Sono-mama*. Die Kämpfer dürfen sich daraufhin nicht mehr bewegen und müssen in ihrer Lage verharren. Ist es erforderlich, die Lage der Kämpfer zu verändern (z.B. bei einer ärztlichen Versorgung), werden sie anschließend wieder in ihre Positionen zurückgebracht. Dabei wird der Kampfrichter von den Außenrichtern am Tisch unterstützt.

Um den Kampf wieder fortsetzen zu lassen, berührt der Kampfrichter abermals beide Kämpfer, drückt kurz auf diese und verkündet „*Yoshi*“. Dann dürfen sich die Kämpfer wieder bewegen und weiterkämpfen.