



Judo meistern. Bd.1

By Ulrich Klocke

Sport-Medien-Service Bonn Jul 2012, 2012. Buch. Book Condition: Neu. 148x210x mm. Neuware - 'Judo meistern' ist das offizielle Lehrbuch des Deutschen Judo-Bundes (DJB) zur Vorbereitung auf die Dan-Prüfungen. Im Mittelpunkt von Band 1 stehen die 67 Wurftechniken des Kodokan-Judo: die vierzig Würfe der Gokyo, die acht Würfe, die bei der Überarbeitung der Gokyo 1920 herausgenommen wurden (Habukareta-waza), sowie die 19 Wurftechniken, die nach Kanos Tod (1938) zwischen 1982 und 1997 von einem Kodokan-Ausschuss noch hinzugefügt wurden. Zusätzlich werden mehr als 50 Technikvarianten gezeigt und es wird versucht, diese teilweise mit 'Spitznamen' versehenen Würfe in den Namens-Katalog des Kodokan einzuordnen. Abschließend werden die Judo-spezifischen Verteidigungsformen Blocken, Ausweichen und Übersteigen sowie Kombinationen und Konteraktionen dargestellt, die sich im Wettkampf langfristig bewährt haben. Im Weiteren findet sich eine umfassende Analyse der klassischen Judo-Übungsformen Kata und Randori, sowohl im Hinblick auf die historische Entwicklung als auch auf ihre Verwendung im modernen Judo. Die Nage-no-kata wird im Detail gezeigt und beschrieben. Daneben finden sich auch theoretische Erläuterungen zu Shiai (Wettkampf), Uchi-komi, Yakusoku-geiko und Tandokurenshu sowie zu den Grundlagen der Judo-Philosophie und Geschichte, zum Verhalten sowie zum Bewegen im Judo. Ein umfangreicher Anhang umfasst unter anderem ein Lexikon, ein Verzeichnis aller im Buch erwähnten Judo-Persönlichkeiten, eine...



[READ ONLINE](#)

[1.39 MB]

Reviews

This is an awesome publication i have at any time read. Of course, it is play, still an interesting and amazing literature. You will like just how the author write this book.

-- **Prof. Herta Mann**

The ideal ebook i actually study. It usually does not expense too much. You wont really feel monotony at at any time of your own time (that's what catalogs are for relating to should you request me).

-- **Mrs. Jacklyn Simonis**