

Moderner Wettkampfsport und olympische Disziplin



Judo ist sowohl Einzel- als auch Mannschaftswettkampfsport oder sogar, wie beim Eiskunstlauf, eine Kür. Im japanischen heißt es aber Kata, wo der genaue Ablauf von Techniken fest vorgegeben ist. Judowettkämpfe finden auf vielen Ebenen statt. Beginnend von der Kreis- und Landesebene bis hin zu internationalen Wettkämpfen. Judo ist darüber hinaus auch eine olympische Disziplin.

Judo: Ein Sport mit Geschichte und Werten!
Jigoro Kano, der Begründer des Judo, entwickelte die grundlegenden Prinzipien der Techniken und schuf 1882 die Gokyo, also die ersten 40 Grundwürfe des Judo. Der Begriff des Judo setzt sich aus den Silben „Ju“, was soviel bedeutet wie Nachgeben und der Silbe „do“, dessen Bedeutung „der Weg“ ist, zusammen. Judo bedeutet also „der sanfte Weg“. Kano begriff Judo ebenso als Wert und davon zeugen die beiden Prinzipien: „Bester Einsatz von Körper und Geist“ sowie Durch gegenseitiges Helfen zum beiderseitigen Wohlergehen“.



Jigoro Kano

Die 10 Judowerte

- Ehrlichkeit
- Höflichkeit
- Hilfsbereitschaft
- Bescheidenheit
- Wertschätzung
- Mut
- Selbstbeherrschung
- Respekt
- Ernsthaftigkeit
- Freundschaft



Gutschein über vier Wochen kostenloses Probetraining

Vor- und Nachname:

Adresse:

Telefonnummer:

Alter: