

Ne-waza im Judo-Verband Berlin e.V.

Folgende Techniken sind im Judo-Verband Berlin e.V. klassifiziert (Stand 14. März 2006)¹.

Osae-komi-waza (Haltetechnik)

Kesa-gatame (neben dem Gegner auf einer Seite liegend oder kniend halten)

- | | |
|-----------------------|--------------------------------------|
| 1. Hon-gesa-gatame | 4. Uki-gatame |
| 2. Kuzure-gesa-gatame | 5. Makura-gesa-gatame/Kashira-gatame |
| 3. Gyaku-gesa-gatame | 6. Kata-gatame |

Yoko-shiho-gatame (neben dem Gegner auf dem Bauch liegend oder kniend halten)

- | | |
|-----------------------------|---|
| 1. Yoko-shiho-gatame | 4. Mune-gatame |
| 2. Kuzure-yoko-shiho-gatame | 5. Gyaku-yoko-shio-gatame/Ura-gatame ² |
| 3. Kata-osae-gatame | 6. Yoko-sankaku-gatame ² |

Kami-shiho-gatame (hinter dem Gegner auf dem Bauch liegend oder kniend halten)

- | | |
|-----------------------------|------------------------|
| 1. Kami-shiho-gatame | 3. Ura-shiho-gatame |
| 2. Kuzure-kami-shiho-gatame | 4. Kami-sankaku-gatame |

Tate-shiho-gatame (über dem Gegner liegend bzw. kniend halten)

- | | |
|-----------------------------|------------------------|
| 1. Tate-shiho-gatame | 3. Tate-sankaku-gatame |
| 2. Kuzure-tate-shiho-gatame | |

Shime-waza (Würgetechnik)

Juji-jime (mit beiden Händen unter Kreuzen der Unterarme würgen)

- | | |
|--------------------|-------------------------|
| 1. Nami-juji-jime | 4. Tomoe-jime |
| 2. Gyaku-juji-jime | 5. Sode-guruma |
| 3. Kata-juji-jime | 6. Marhenke-/Drehwürger |

Okuri-eri-jime (durch Zuziehen des Kragens würgen)

- | | |
|-------------------------|-------------------|
| 1. Okuri-eri-jime | 4. Jigoku-jime |
| 2. Gyaku-okuri-eri-jime | 5. Kingston-Rolle |
| 3. Koshi-jime | |

Kata-ha-jime (Würgen unter Festlegung von Arm bzw. Schulter)

- | | |
|-----------------|----------------------|
| 1. Kata-ha-jime | 3. Gyaku-gaeshi-jime |
| 2. Kaeshi-jime | 4. Othen-jime |

Hadaka-jime (ohne Hilfe des Judogi würgen)

- | | |
|----------------|--------------|
| 1. Hadaka-jime | 3. Sode-jime |
| 2. Ushiro-jime | |

Ryo-te-jime (die Revers ergreifen und mit Parallelgriff würgen)

- | | |
|----------------|-------------------|
| 1. Ryo-te-jime | 2. Maki-komi-jime |
|----------------|-------------------|

¹Die Klassifizierung erfolgte durch die Prüfungskommission (Dr. Marco Sielaff, Peter Pawelz, Marco Beischmidt, Thomas Weber), den Lehrwart (Frank Krohne), dem Sichtungstrainer U13 (Carsten von Leupoldt), den DJB-Kampfrichterreferent der Gruppe NO (Nedim Bayat) sowie Torsten Perner.

²Derzeit kein gültiger Haltegriff im Wettkampf

Kata-te-jime (hauptsächlich mit einer Hand würgen)

1. Kata-te-jime
2. Tsuki-komi-jime
3. Ebi-jime

Ashi-jime (mit Hilfe von Fuß oder Bein würgen)

1. Ashi-jime
2. Kata-jime
3. Kagato-jime
4. Hasami-jime
5. Kensui-jime
6. Kami-shiho-ashi-jime
7. Sankaku-jime

Kansetsu-waza (Hebeltechnik)

Ude-hishigi-waza (Streckhebel)³

Juji-gatame (den zwischen den Beinen befindlichen Arm über die Leistengegend hebeln)

1. Ude-hishigi-juji-gatame/Nami-juji-gatame
2. Gyaku-juji-gatame
3. Kami-juji-gatame
4. Yoko-juji-gatame
5. Othen-gatame

Ude-gatame (mit beiden Händen auf Arm oder Ellenbogen drückend hebeln.)

1. Ude-gatame
2. Gyaku-ude-gatame
3. Hizi-maki-komi
4. Kuzure-hizi-maki-komi
5. Mune-gyaku

Ashi-gatame (mit Hilfe von Bein oder Knie hebeln.)

1. Ashi-gatame
2. Hiza-gatame
3. Kami-hiza-gatame
4. Yoko-hiza-gatame
5. Ryo-hiza-gatame
6. Kesa-ashi-gatame

Hara-gatame (mit dem Bauch oder der Körpervorderseite hebeln.)

1. Hara-gatame
2. Gyaku-hara-gatame
3. Kuzure-hara-gatame

Waki-gatame (mit einer Körperseite oder der Achsel hebeln.)

1. Waki-gatame
2. Gyaku-waki-gatame

Kannuki-gatame (den Arm mit den Unterarmen verriegeln und hebeln.)

1. Kannuki-gatame
2. Gyaku-kannuki-gatame
3. Mune-kannuki-gatame
4. Kami-shiho-kannuki-gatame
5. Ryo-kannuki-gatame

Ude-garami-waza (Beugehebel)

Ude-garami (Ukes gebeugten Arm hebeln.)

1. Ude-garami
2. Ashi-garami
3. Gyaku-ude-garami
4. Kesa-garami
5. Waki-garami
6. Gyaku-waki-garami
7. Hara-garami
8. Gyaku-hara-garami

³Die vollständige Bezeichnung aller Streckhebel beinhaltet immer „Ude-hishigi“. Zu heißt z.B. Waki-gatame korrekt Ude-hishigi-waki-gatame. Der Übersichtlichkeit sind nur die Hebel mit vollständigen Namen notiert, wo es Abweichungen gibt.