



DJJV

KATA-Durchführungsbestimmung

Anlage 2

Version:	V1.0
Beschlussfassung:	17.02.2014
Redaktionelle Überarbeitung:	28.05.2014/Juan de la Fuente Briones

Inhaltsverzeichnis

1	Kime no kata.....	1
	Literatur- und Quellenverzeichnis.....	I
	Abkürzungsverzeichnis.....	II
	Tabellenverzeichnis.....	III

1 Kime no kata

Allgemeine Elemente, die zu beachten sind
<ul style="list-style-type: none"> • Begrüßung und Kleidung • Entfernung • Budo-gi und Gürtel
<ul style="list-style-type: none"> • Richtiges platzieren und das Einsammeln der Waffen
<ul style="list-style-type: none"> • Entfernung des Angriffs
<ul style="list-style-type: none"> • Idori: Während der Angriffsaktion ist es erforderlich, dass die Zehen aufgestellt sind, mit Ausnahme Ryote-dori.
<ul style="list-style-type: none"> • Tori gewinnt Abstand bei der Durchführung eines Armhebels: rechter Fuß - linker Fuß - rechter Fuß / linken Fuß - rechter Fuß - linken Fuß.
<ul style="list-style-type: none"> • Waffengebrauch (bei der jeweiligen Technik)
<ul style="list-style-type: none"> • Richtung beim Durchführen einer Technik
<ul style="list-style-type: none"> • Tori sieht gerade nach vorne, bei der Durchführung von Armhebeln
<ul style="list-style-type: none"> • Kiai
<ul style="list-style-type: none"> • Geschwindigkeit und Geschmeidigkeit, Effektivität und Realismus
<ul style="list-style-type: none"> • Aufgabe (zweimaliges Abschlagen)

Technik	Generelle Elemente, die zu beachten sind	Punkt-zahl
Das richtige Platzieren und Einsammeln der Waffen	<p>Dolch innen, Schwert außen, Schneide nach oben, Schwert zeigt schräg nach unten, rechte Seite.</p> <p>Am Anfang und am Ende der Kata legt Uke seine Waffen auf der Matte an seiner rechten Seite ab (zuerst das Schwert, dann den Dolch, parallel zu seinem Bein, Schneide ihm zugewandt (Dolchheft auf gleicher Höhe der Schwert-Tsuba). Uke nimmt dann seinen Waffen auf (zuerst den Dolch, dann das Schwert), steht auf, dreht sich um und geht ca. 1,80 m nach außen. Er nimmt im Kniesitz Platz, hält die Waffen senkrecht vor sich und legt sie dann vor sich ab.</p> <p>Der Dolch liegt innen, beide Schneiden zeigen zu Uke, beide Griffe zu Shomen.</p> <p>Am Ende der Kata nimmt Uke die Waffen auf (erst den Dolch, dann das Schwert) und hält sie an seiner rechten Seite.</p>	
Angüssen und Kleidung	<p>Anfangsabstand</p> <p>Angüssen</p> <p>Budo-gi und Gürtel</p>	0-10 P

<p>Idori</p> <p>Ryote-dori</p>	<p>Abstand: (zwei Fäuste) <i>Hiza-zume</i></p> <p>Uke ergreift Toris Handgelenke ohne auf die Zehenspitzen zu kommen (Kiai).</p> <p>Tori (Kiai) kommt auf seine Zehenspitzen hoch und tritt Uke in den Solarplexus. Dann – mit dem rechten Knie auf der Matte und dem linken Knie aufgestellt – hält er Uke linkes Handgelenk fest und dreht sich nach links, zieht den linken Arm diagonal vorwärts und klemmt ihn unter seiner rechten Achselhöhle ein. Während er zieht, übt Tori Druck auf den Ellbogen von Uke mit <i>Waki-gatame</i> aus.</p> <p>Uke bleibt auf seinem Knie und schlägt zweimal an Tori ab, um aufzugeben.</p>	0-10 P
<p>Tsukkake</p>	<p>Abstand: <i>Hiza-zume</i>.</p> <p>Uke kommt hoch auf seine Zehenspitzen und schlägt mit seiner rechten, zunächst zurückgezogenen Faust nach Toris Solarplexus (Kiai).</p> <p>Tori kommt schnell auf seine Zehenspitzen, dreht sich um 90° nach rechts, linkes Knie auf der Matte, rechtes Knie aufgestellt. Er ergreift Ukes rechten Arm, zieht und bricht dessen Gleichgewicht, führt einen Schlag (aus zurückgezogener Position) mit seiner rechten Faust zwischen Ukes Augen aus (Kiai).</p> <p>Tori zieht Ukes Arm zu seiner rechten Hüfte und hält das Handgelenk gegen seinen Oberschenkel. Dann greift er um Ukes Nacken herum, ergreift den Kragen, während er zur gleichen Zeit seinen Bauch gegen Ukes Ellbogen drückt und <i>Hara-gatame</i> ausführt. Dann bewegt er sich zwei Schritte diagonal nach vorne und verstärkt den Druck auf den Ellbogen.</p> <p>Uke bleibt auf seinen Knien und schlägt zweimal auf der Matte als Aufgabe ab.</p>	0-10 P

Suri-age	<p>Abstand: <i>Hiza-zume</i></p> <p>Uke kommt auf die Zehen und stößt mit dem rechten Handballen bei geöffneten Fingern nach Toris Stirn (Kiai).</p> <p>Tori kommt schnell auf seine Zehen, verteidigt mit seiner rechten Hand und ergreift dann Ukes Handgelenk, die linke Hand kommt umgedreht unter Ukes Achselhöhle und er tritt Uke in den Solarplexus (Kiai). Tori dreht sich dann um etwa 180° zur Seite und zieht Uke mit dem Gesicht nach unten auf die Matte. Er schiebt Ukes Arm nach vorne (Handfläche nach unten), macht auf Knien zwei Schritte nach vorne (links/rechts), platziert sein linkes Knie auf Ukes Ellbogen und führt einen Armhebel durch Hochziehen der Hand aus. Uke schlägt zum Aufgeben zweimal auf der Matte ab.</p>	0-10 P
Yoko-uchi	<p>Abstand: <i>Hiza-zume</i></p> <p>Uke kommt auf seine Zehen und schlägt mit seiner rechten Faust nach Toris linker Schläfe (Kiai).</p> <p>Tori kommt schnell auf seine Zehen, weicht dem Schlag aus, indem er unter Ukes rechten Arm hindurch taucht, hebt seinen rechten Arm, macht einen Schritt auf seinem rechten Fuß nach vorne und hält Uke wie bei <i>Kata-gatame</i>.</p> <p>Tori drückt mit seiner linken Hand gegen Ukes Rücken und schiebt Uke nach hinten bis dieser auf seinem Rücken liegt, ein Schritt vorwärts auf den linken Fuß. Dann presst er Ukes rechten Ellbogen auf dessen Gesicht (rechtes Knie auf der Matte, linkes Knie aufgestellt) und stößt Uke den Ellbogen in den Solarplexus (offene Hand, Kiai).</p> <p>Uke: Nach der Technik sitzt er in Toma (ca. 1,20 m), Tori zugewandt, bevor er aufsteht und herum auf die rechte Seite von Tori geht, um sich einen Schritt entfernt hinter Tori zu setzen.</p>	0-10 P

Ushiro-dori	<p>Ukes Abstand: Er zieht sich selbst vorwärts, bis sich seine Knie ca. 20 cm hinter Tori befinden.</p> <p>Uke kommt auf seine Zehen, macht mit seinem rechten Fuß einen Schritt vor und schlingt seine Arme um Toris Oberarme (Kiai). Tori reagiert, indem er seine Arme von den Seite nach oben hebt, um den Griff zu sprengen, er ergreift Ukes linken Ärmel mit seiner rechten Hand und darüber mit seiner linken Hand. Er kommt auf seine Zehen hoch und schiebt sein rechtes Bein nach hinten zwischen Ukes Beine und rollt auf seine linke Seite, als wenn er eine Maki-komi Technik ausführt.</p> <p>Während Tori Uke kontrolliert, schlägt er ihm mit der linken Faust in den Unterleib (Kiai).</p> <p>Uke kommt hoch auf seine Knie und kehrt in seine sitzende Position hinter Tori zurück. Dann steht er auf, geht rechts um Tori herum und setzt sich diese gegenüber in ca. 1,20 m Entfernung in Toma nieder.</p>	0-10 P
Tsukkomi	<p>Uke holt den Dolch (rechte Hand oben auf, linke Hand nach unten) und platziert ihn mit der Schneide nach oben in seiner Jacke, kehrt auf seine Platz ca. 90 cm vor Tori zurück und nähert sich dann auf ca. 45 cm.</p> <p>Uke zieht den Dolch und kommt auf seine Zehen hoch, linken Fuß vorwärts und versucht, Tori in den Bauch zu stechen (Kiai).</p> <p>Tori kommt auf die Zehen, dreht sich um 90° nach rechts auf seinem linken Knie, rechter Fuß aufgestellt und wehrt den überraschenden Angriff an Ukes Ellbogen mit der linken Hand ab und schlägt Uke mit der umgedrehten Faust zwischen die Augen (Kiai). Dann ergreift er Ukes Handgelenk, zieht dessen Arm nach vorne um das Gleichgewicht zu brechen und hält das Handgelenk an der Hüfte gegen seinen Oberschenkel. Tori greift um Ukes Nacken herum in den rechten Kragen und setzt einen <i>Hara-gatame</i> Armhebel an, während er sich diagonal vorwärts bewegt.</p> <p>Uke bleibt auf seinen Knien und schlägt zur Aufgabe zweimal auf der Matte ab.</p> <p>Rückkehr zur sitzenden Position, Uke steckt den Dolch zurück in seine Jacke.</p>	0-10 P

Kiri-komi	<p>Abstand: rund 45 cm</p> <p>Uke nimmt den Dolch aus seiner Jacke heraus und steckt ihn in seinen Gürtel an seiner linken Seite. Uke kommt auf seine Zehenspitzen, macht mit seinem rechten Fuß einen Schritt vor und versucht, Toris Kopf von oben einen Schnitt zu versetzen (Kiai).</p> <p>Tori kommt auf seine Zehen hoch, ergreift mit beiden Händen Ukes Handgelenk und verhindert so den Schnitt. Linkes Knie auf der Matte, rechtes Knie aufgestellt, zieht Tor Uke diagonal vorwärts, um dessen Gleichgewicht zu brechen. Dabei klemmt er Ukes Arm unter seine Achselhöhle. Dabei setzt Tori <i>Waki-gatame</i> an.</p> <p>Uke darf sich nicht zu weit abbeugen.</p> <p>Uke gibt durch zweimaliges Abschlagen an Tori auf und kehrt auf den Abstand von 1,20 m zurück.</p> <p>Er steckt den Dolch zurück in den Gürtel, dann platziert er den Dolch wieder in seiner Jacke.</p>	0-10 P
Yoko-tsuki	<p>Uke steht auf, geht hinüber zu Toris rechter Seite und setzt sich neben ihn.</p> <p>Abstand: <i>Hiza-zume</i></p> <p>Uke: zieht den Dolch, dreht sich, kommt auf die Zehen, macht einen Schritt vorwärts auf sein linkes Bein und versucht, Tori in die Seite zu stechen; Scheide nach oben (Kiai).</p> <p>Tori kommt schnell hoch auf seine Zehen, dreht sich um 180° nach rechts mit dem linken Knie nach unten und dem rechten Knie noch oben und wehrt den Stich an Ukes Ellbogen ab, bricht dessen Gleichgewicht nach vorne und schlägt Uke zwischen dessen Augen (Kiai). Dann ergreift er mit der rechten Hand Ukes Handgelenk und zieht es auf seinen Oberschenkel nahe zur Hüfte. Mit Links greift Tori um Ukes Nacken herum in den rechten Kragen und führt <i>Hara-gatame</i> aus.</p> <p>Uke sollte auf seinen Knien bleiben und schlägt zur Aufgabe zweimal auf der Matte ab. Beide gehen zurück in ihre sitzende Position nebeneinander. Uke steckt den Dolch zurück in die Jacke, steht auf und geht in den Sitz an der Toma-Position.</p> <p>Danach bringt er den Dolch zurück auf die Matte an der Ausgangsposition, sitzend in <i>Seiza</i>.</p>	Klei

<p>Tachiai</p> <p>Ryote-dori</p>	<p>Ukes Abstand: einen Schritt (ca. 40 cm)</p> <p>Uke kommt einen halben Schritt mit seinem rechten Fuß vor und ergreift Toris Handgelenk (Kiai).</p> <p>Tori zieht seine Arme nach außen und nach hinten und bricht damit Ukes Gleichgewicht nach vorne. Er tritt Uke in den Unterleib (Kiai) und setzt seinen Fuß wieder ab.</p> <p>Danach zieht Tori Ukes linken Arm diagonal nach außen und setzt <i>Waki-gatame</i> im Stand an.</p> <p>Uke gibt durch zweimaliges Abschlagen an Tori auf.</p>	0-10 P
<p>Sode-dori</p>	<p>Uke geht um Tori herum auf dessen rechte Seite (während Tori einen kleinen Schritt nach hinten macht) und stellt sich links hinter ihn. Uke ergreift Toris linken Ärmel, erst mit seiner linken, dann mit seiner rechten Hand und zwingt Tori, rechts-links-rechts vorwärts zu gehen.</p> <p>Beim dritten Schritt bewegt sich Tori nach rechts, um Ukes Gleichgewicht in diese Richtung zu brechen. Tori tritt Uke gegen dessen rechtes Knie mit seinem linken Fuß (Kiai), dreht sich links herum um 180°, ergreift Ukes rechten Ärmel (Innenseite Ellbogen) und linken Kragen und wirft ihn mit <i>O-soto-gari</i>.</p>	0-10 P
<p>Tsukkake</p>	<p>Tori und Uke stehen sich in ca. 3 Schritten (1,80 m) Entfernung gegenüber.</p> <p>Uke macht einen großen Schritt mit seinem linken Fuß nach vorne, deckt sich mit links und macht dann mit seinem rechten Fuß einen Ausfallschritt nach vorne und versucht, Tori mit der Rückhand seiner rechten Faust ins Gesicht (Uto) zu schlagen (Kiai).</p> <p>Tori dreht sich auf seinem linken Fuß um 90° in Tai-sabaki, um dem Schlag auszuweichen, ergreift Ukes rechten Unterarm von oben und zieht ihn nach vorne unten, um das Gleichgewicht zu brechen. Sobald Uke zurück zieht und sich aufrichtet, tritt Tori hinter ihn, erst mit seinem rechten, dann mit dem linken Fuß, legt seinen rechten Arm um Ukes Kehle und zieht ihn zurück.</p> <p>Tori verschränkt seine Hände auf Ukes linker Schulter wie bei <i>Hadaka-jime</i>, macht einen Schritt zurück mit seinem linken Fuß und setzt die Würgetechnik an.</p> <p>Uke verteidigt, indem er Toris Unterarm ergreift, ehe er durch zweimaliges Aufstampfen mit dem rechten Fuß seine Aufgabe signalisiert.</p>	0-10 P

Tsuki-age	<p>Tori und Uke stehen sich in ca. 1 Schritt Abstand gegenüber.</p> <p>Uke macht mit seinem rechten Fuß einen Schritt nach vorne und versucht einen Aufwärtshaken zu Toris Kinn auszuführen (Kiai).</p> <p>Tori lehnt sich zurück, um dem Schlag auszuweichen, ergreift Ukes Handgelenk mit beiden Händen und zieht es aufwärts und diagonal nach vorne. Dann klemmt er Ukes Arm unter seiner Achselhöhle ein und setzt <i>Waki-gatame</i> in stehender Position an.</p> <p>Uke sollte sich nicht zu weit abbeugen. Er schlägt an Toris Bein zu Aufgabe ab.</p>	0-10 P
Suri-age	<p>Tori und Uke haben etwa 1 Schritt Abstand.</p> <p>Uke macht einen Schritt mit seinem rechten Fuß nach vorne und versucht, mit dem Ballen seiner rechten Hand gegen Toris Stirn zu stoßen (Kiai).</p> <p>Tori lehnt sich zurück und wehrt den Schlag am Ellbogen mit seinem linken Unterarm ab. Gleichzeitig schlägt er Uke mit der umgedrehten rechten Faust in den Bauch (Kiai). Unverzüglich wirft er Uke dann mit einem linken <i>Uki-goshi</i>.</p>	0-10 P
Yoko-uchi	<p>Tori und Uke haben etwa 1 Schritt Abstand.</p> <p>Uke macht mit dem rechten Fuß einen Schritt nach vorne und versucht, mit seiner rechten Faust gegen Toris Schläfe zu schlagen.</p> <p>Tori macht mit seinem linken Fuß einen Schritt auf Uke zu, duckt sich unter der Faust hindurch. <i>Kuzushi</i> mit der rechten Hand. Er ergreift dann Ukes linkes Revers mit seiner rechten Hand. Dann tritt Tori hinter Uke, zuerst mit seinem rechten, dann mit dem linken Fuß. Um Ukes Nacken herum ergreift Tori dann mit der linken Hand dessen rechtes Revers.</p> <p>Tori presst seine Stirn gegen Ukes Nacken, macht einen Schritt mit dem linken Fuß zurück und senkt seine Hüft ab, Ansatz zu <i>Okuri-eri-jime</i>.</p> <p>Uke verteidigt sich, indem er an Toris linken Arm dicht am Ellbogen nach unten zieht; Aufgabe durch zweimaliges Aufstampfen mit dem rechten Fuß auf die Matte.</p>	0-10 P

Ke-age	<p>Abstand: 1 Schritt</p> <p>Uke macht einen kleinen Schritt mit seinem linken Fuß vor und versucht Tori in den Unterleib zu treten (Kiai).</p> <p>Tori dreht sich nach rechts um 90° (<i>Tai-sabaki</i>). Mit seiner linken Hand erfasst er Ukes Fußgelenk und zieht dann mit seiner rechten Hand Ukes Fuß nach links, dreht seine Hüfte nach links und tritt Uke in den Unterleib (Kiai).</p> <p>Tori und Uke stehen sich in etwa 1,20 m gegenüber.</p>	0-10 P
Ushiro-dori	<p>Uke bewegt sich um Toris rechte Seite herum und steht dann in einem Abstand von ca. 90 cm direkt hinter ihm. In der Zwischenzeit macht Tori einen Schritt zurück.</p> <p>Tori macht 3 Schritte vorwärts, links-rechts-links, Uke folgt ihm; während des dritten Schritts macht er einen Schrittwechsel und kommt mit seinem rechten Fuß vor, ergreift Tori um dessen Oberarme herum (Kiai).</p> <p>Tori bewegt seinen Ellbogen sofort nach außen und ergreift Ukes rechten Ärmel weit oben mit beiden Händen. Dann wirft er Uke mit <i>Seoi-nage</i>.</p> <p>Mit dem rechten Knie nach unten, dem linke Knie aufrecht, schlägt er Uke mit <i>Te-gatane</i> (Kiai) zwischen die Augen.</p> <p>Tori kehrt danach auf seine Ausgangsposition zurück, Uke hält ca. 1,20 m Abstand.</p>	0-10 P
Tsukkomi	<p>Uke holt den Dolch (rechte Hand oben auf, linke darunter), platziert ihn mit der Schneide nach oben in seiner Jacke und kehrt auf seine Position zurück.</p> <p>Abstand ca. 90 cm.</p> <p>Uke zieht den Dolch, macht mit dem linken Fuß einen Schritt nach vorne und versucht Tori in den Bauch zu stechen.</p> <p>Tori dreht sich nach rechts, wehrt Ukes Arm am Ellbogen ab und schlägt Uke mit der umgedrehten Faust zwischen die Augen (Kiai).</p> <p>Er greift Ukes Handgelenk und zieht es nach vorne zu seiner Hüfte. Während er Ukes Handgelenk gegen seine Oberschenkel hält, greift Tori um Ukes Nacken herum in den rechten Kragen. Tori zieht diagonal vorwärts und setzt den Armhebel <i>Hara-gatame</i> an. Uke beugt sich nicht zu weit ab. Er gibt auf, indem er an Toris Oberschenkel zweimal abschlägt. Da-nach platziert er den Dolch wieder in seiner Jacke.</p>	0-10 P

Kiri-komi	<p>Uke (ca. 90 cm entfernt) nimmt den Dolch aus seiner Jacke und steckt ihn an seiner linken Seite in den Gürtel.</p> <p>Uke macht einen Schritt mit seinem rechten Fuß nach vorne und versucht, Toris Kopf von oben einen Schnitt zu versetzen (Kiai).</p> <p>Tori ergreift Ukes Handgelenk mit beiden Händen und weicht dem Schnitt aus. Er klemmt Ukes Arm in seiner Achselhöhle ein, bewegt sich diagonal vorwärts und setzt <i>Waki-gatame</i> an. Uke sollte sich nicht zu weit abbeugen.</p> <p>Uke gibt auf durch zweimaliges Abschlagen an Tori und kehrt auf ca. 1,20 m Abstand zurück.</p> <p>Uke steckt den Dolch erst zurück in den Gürtel, dann zurück in die Jacke.</p>	Klein/Mittel
Nuki-kake	<p>Uke legt den Dolch wieder auf der Matte ab und nimmt das Schwert auf (rechte Hand oben, linke Hand darunter). Er steckt es an seine linke Seite in den Gürtel, Schneide nach oben und kehrt auf seine Position zurück.</p> <p>Tori und Uke stehen sich in Toma gegenüber.</p> <p>Uke macht einen Schritt mit dem rechten Fuß nach vorne und versucht sein Schwert zu ziehen.</p> <p>Tori macht mit dem rechten Fuß einen Schritt vor dicht an Ukes rechten Fuß heran und blockiert mit seiner rechten Hand Ukes Handgelenk, verhindert, dass er das Schwert zieht.</p> <p>Tori bewegt sich dann schnell mit dem rechten Fuß nach vorne und umgreift, während er den linken Fuß hinter Uke bringt, um dessen Nacken mit seiner linken Hand und greift hoch in dessen rechten Kragen.</p> <p>Mit seinem rechten Arm hebt er Ukes Schwertarm und schiebt die rechte Hand hinter Ukes Nacken. Tor macht dann diagonal einen Schritt zurück, bricht Ukes Gleichgewicht und setzt <i>Kataha-jime</i> an.</p> <p>Uke gibt auf, indem er mit dem rechten Fuß zweimal auf die Matte stampft.</p>	0-10 P

<p>Kiri-oroshi</p>	<p>Abstand: Uke auf seiner Startposition, Tori ca. 2,70 m entfernt.</p> <p>Uke macht mit dem rechten Fuß einen Schritt nach vorne und zieht langsam das Schwert, die Spitze zeigt auf Toris Augen (Seigan-Position).</p> <p>Uke macht einen Schritt vorwärts mit Tsugi-ashi (rechts-links). Tori geht eine Schritt zurück (rechts-links).</p> <p>Uke erhebt das Schwert über seinen Kopf in die Jodan-Position, dann macht er eine Schritt nach vorne (links-rechts) und versucht mit dem Schwertstreich Toris Kopf von oben zu treffen (Kiai).</p> <p>Tori dreht sich schnell vorwärts links um 90° in Tai-sabaki, ergreift Ukes rechtes Handgelenk von oben und zieht es zu seiner rechten Hüfte. Gleichzeitig zieht er Uke diagonal nach vorne und bricht dessen Gleichgewicht schräg nach vorne. Tori ergreift um Uke Nacken hinweg dessen rechtes Revers, während er seinen Bauch nach vorne schiebt, um Hara-gatame anzusetzen. Tori kommt diagonal rechts-links-rechts nach vorne und erhöht den Druck auf den Ellbogen. Uke sollte sich nicht zu weit abbeugen.</p> <p>Aufgabe erfolgt durch zweimaliges Abschlagen von Tori.</p> <p>Tori verharrt in Shizen-tai. Uke geht zu seinem Ausgangspunkt zurück.</p> <p>Uke bringt das Schwert auf Augenhöhe und steckt es in die Scheide zurück (Shizen-tai).</p> <p>Während Uke das Schwert wieder auf der Matte in Vorbereitung des zeremoniellen Abschlusses der Kata ablegt, geht Tori auf seinen Ausgangspunkt zurück.</p>	<p>0-10 P</p>
<p>Abgüssen und Kleidung</p>	<p>Abstand Abgüssen Budo-gi und Gürtel</p>	<p>0-10 P</p>

Tabelle 1: Kime no kata

Literatur- und Quellenverzeichnis

- IJF Kata Competition Rules 2009
- Presentation, Judo World Kata championship, Pordenone Italy 2012

Web:

- Übersetzung, <http://translate.google.de/?hl=es&tab=wT#en/de/> (Stand: Oktober 2012)

ERKLÄRUNG:

Diese Ausarbeitung ist eine freie Interpretation der „IJF Competition Rules 2009“ (Internationale Judo Föderation) und der deutschen Übersetzung des DJB (Deutscher Judo Bund).

KATA/Jiu-Jitsu im DJJV e.V. KATA-Durchführungsbestimmung



Abkürzungsverzeichnis

DJJV e.V.

Deutscher Ju Jutsu Verband e.V.

Tabellenverzeichnis

Tabelle 1: Kime no kata	10
-------------------------------	----