

Zum besseren Verständnis

Möglicherweise schauen Sie zum ersten Mal bei einem Judoturnier zu und finden alles, was dort auf den Judomatten (Tatami) passiert, recht unverständlich. Damit Sie mehr vom Zuschauen haben, wollen wir Sie in die Geheimnisse der Kampfregeln unseres Judosports kurz einweihen. Wir werden versuchen, es Ihnen so einfach wie möglich zu erklären:

Der Mensch mit dem dunklen Blazer auf der 7m x 7m großen Kampffläche (die roten Matten gehören noch dazu) ist der Hauptkampfrichter. Die Herren auf den Stühlen an den Ecken der Kampffläche sind die Seitenkampfrichter und unterstützen den Hauptkampfrichter – ähnlich wie beim Fußball. Die Menschen mit den weißen Anzügen sind die Wettkämpfer (Judoka), die zur besseren Unterscheidung einen weißen bzw. roten Zusatzgürtel tragen oder anstelle eines roten Zusatzgürtels, in einem blauen Judoanzug (Judogi) kämpfen.

Der Hauptkampfrichter ruft seine Befehle und Wertungen auf Japanisch aus. Der Kampf beginnt mit dem Ausruf „**Hajime**“ (= Anfang). Beide Kämpfer versuchen sich nun gegenseitig mit einer Judotechnik zu werfen oder wenn der Kampf im Boden weitergeht, Armhebel, Haltegriffe oder Würgetechniken anzusetzen.

Gelingt einem der Kämpfer ein „perfekter“ Wurf, d.h. er wirft seinen Gegner mit einer dynamischen und kontrollierten Technik auf den Rücken, ruft der Kampfrichter „**Ippon**“ (= voller Punkt/Wertung) und sofort danach „**Sore made**“ (= Ende des Kampfes). Das gleiche kann im Bodenkampf passieren, wenn der gegnerische Kämpfer durch einen Haltegriff, der vom Kampfrichter mit „**Osaekomi**“ angesagt wird, 25 Sekunden festgehalten oder durch eine Würge- oder Armhebeltechnik zur Aufgabe gezwungen wird. Die Aufgabe wird durch mehrmaliges Abklopfen signalisiert. Bei „**Ippon-Wertungen**“ sollten Sie Ihrem Bedürfnis zu applaudieren freien Lauf lassen!

Bei einem nicht ganz „perfekten“ Wurf, ruft der Kampfrichter „**Wazaari**“ (= halber Punkt/Wertung). Im Bodenkampf gibt es diese Wertung, wenn der gegnerische Kämpfer über 20 Sekunden im Haltegriff festgehalten werden kann. Nach einer Wazaari-Wertung geht der Kampf in der Regel ohne Unterbrechung weiter. Gelingt eine weitere Wazaari-Wertung, werden die beiden Wertungen zu einer Ippon-Wertung aufaddiert und der Kampfrichter ruft „**Wazaari awasete Ippon**“ und erklärt den Kampf mit „**Sore made**“ für beendet.

Ippon- und Wazaari-Wertungen sind aber sehr schwer zu erhalten, weil sich der Gegner natürlich zu wehren weiß und selbst auch angreift. Aus diesem Grunde gelingen nicht immer „perfekte“ Wurftechniken. Häufig wird der Gegner mit Kraft und Schwung nur auf die Seite geworfen. In einem solchen Fall gibt der Kampfrichter einen „**Yuko**“ (= mittlere Wertung). Im Bodenkampf gibt es diese Wertung, wenn der gegnerische Kämpfer über 15 Sekunden im Haltegriff festgehalten werden kann. Yuko-Wertungen werden nicht aufaddiert.

Alle Wertungen (und Strafen) werden auf einer Tafel am Zeitnehmer- bzw. Kampfrichtertisch angezeigt. Hier wird auch die effektive Kampfzeit von 4 Minuten gestoppt. Bei jeder Unterbrechung des Kampfes, die vom Kampfrichter durch den Befehl „**Matte**“ (= warten) gekennzeichnet ist, wird die effektive Kampfzeit unterbrochen.

Manchmal kommt es im Judokampf auch zu unerlaubten Handlungen, die natürlich bestraft werden müssen. Diese Strafen werden dem anderen Kämpfer als Wertungen gutgeschrieben. Unfaire oder gar gefährliche Handlungen werden im Judo sport sofort mit „**Hansokumake**“ (= Disqualifikation) geahndet – kommen aber glücklicherweise nur selten vor.

Alle anderen verbotenen Handlungen, z.B. Inaktivität oder das Verlassen der Kampffläche, werden mit „**Shido**“ bestraft. Die erste Strafe wird dem anderen Kämpfer noch nicht angerechnet. Folgen weitere Shidos, werden dem Gegner erst ein Yuko und danach ein Wazaari gutgeschrieben. Sollte eine vierte Strafe nötig sein, so wird der Kämpfer disqualifiziert.

Hat nach Ablauf der Kampfzeit keiner der Kämpfer eine Wertung erzielt oder gibt es einen Gleichstand der Wertungen, kommt es zum „**Golden Score**“. Beim „Golden Score“ werden die Wertungsanzeigen sowie die Wettkampfuhr zurückgestellt und der Kampf beginnt von vorn. Der Kämpfer, der als erster eine Wertung – welcher Art auch immer – erzielt, gewinnt den Kampf – ähnlich wie das „Golden Goal“ beim Fußball.

Wir hoffen, dass Ihnen diese kurze Einführung in die Kampfregeln helfen wird, die Handlungen auf den Matten besser zu verstehen und wünschen Ihnen viel Spaß beim Zuschauen!