

Erklärung zum Kämpferprofil

Kämpferprofil von			
Datum	Name	Jahrgang	Kg
Kumi-Kata			
Rechte Hand	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Rechtskämpfer	<input type="checkbox"/>
Linke Hand	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Linkskämpfer	<input type="checkbox"/>
Griffposition		Eigene Techniken	
Notiz:			
Spezialtechnik im Stand mit Rangfolge 1		Finten / Kombinationen / Kouter	
1		1	
2		2	
3		3	
4		4	
Übergang St/Bo		Boden	
1		1	
2		2	
3		3	

Der Sinn der Erarbeitung eines Kämpferprofils ist, sich selbst und andere zu analysieren. In erster Linie erhält man technische Daten zu den Standtechniken, Übergang Stand in den Boden- und Boden-Techniken (4). Durch den Abschnitt Griffposition (2), erhält man auch Einsicht in das jeweilige Repertoire des Judoka und darüber, welchen Griff er überhaupt benötigt, um seine Standtechnik ansetzen zu können. Nr. (3) zeigt grob, welche Bewegungsrichtung meist benötigt wird für die Spezialtechnik. Aus diesen Daten kann man nun eine Strategie entwickeln.

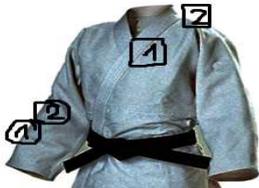
Nehmen wir an, der Judoka beherrscht den Morote-Seoi-Nage und keine weitere Technik im Stand, weiter hat er als Bodentechnik den Juji-Gatame angegeben.

Als Griff bevorzugt er in der Rechtsauslage den normalen Ärmel-Revers-Griff.

Die Strategie könnte also sein: Den in der Rechtsauslage Ärmel-Revers-Griff zu verhindern oder in die Linksauslage zu wechseln, um den Morote-Seoi-Nage zu erschweren/verhindern; nicht zu drücken und auf den Gegner zuzugehen, da sonst der Morote-Seoi-Nage erleichtert wird; im Bodenbereich nicht die Arme zu strecken, um den Juji-Gatame zu erschweren.

Dies stellt eine grobe Strategie dar, die aber schon in den meisten Fällen sehr wirksam ist. Später wird man genauer darauf achten, welcher Judoka welche Technik, Griff, Position usw. verwendet und generiert dadurch eigenständig Lösungsmöglichkeiten.

- **Nr.1** Hier wird mit einer Zahl ein Quadrat und ein Kreis markiert. Der wichtigste Griff wird mit einer 1 versehen. Das Quadrat stellt die rechte Hand und der Kreis die linke Hand dar.
- **Nr.2** Hier werden das Quadrat und der Kreis mit der Zahl eingezeichnet, dort wo der Griff tatsächlich angesetzt wird.

Kumi-Kata	
Rechte Hand	☉ 2 □ □
Linke Hand	☉ 2 0 0 0 0
	Rechtskämpfer <input type="checkbox"/>
	Linkskämpfer <input type="checkbox"/>
Griffposition	Eigene Techniken
	

- **Nr.3** Die Technik mit der Wurfrichtung. Die FüÙe beschreiben Uke und wohin er geworfen wird.
- **Nr.4** Die Techniken nach Hierarchie aufgelistet.

Eigene Techniken

Tipp: Nicht jede Technik aufschreiben lassen, die mal gesehen oder geworfen wurden, sondern nur die, die im Randori einsetzbar ist. Weniger ist in diesem Fall mehr.

Diese Daten sind gut geeignet, um die eigenen Schwächen und Stärken zu erkennen, denn wer kann schon in jede Wurfrichtung im Randori punkten?

Wer Probleme mit anderen Trainingspartnern hat, kann sich hierdurch wichtige Informationen holen, um die Judo-Evolution voranzutreiben.



Seoi-Nage