

Kumi-Kata

Wissen und Prinzipien

Sammy Hean
Hannover, 2017

Judo und der Griffkampf "Kumi-Kata"
Analyse der Hub-Arm & Zug-Arm Bewegung mit taktischen Überlegungen

Kumi-Kata Prinzipien

Wenn die Hand geschlossen zu einer Faust ist, werden das Hand- sowie Ellbogengelenk in der Beweglichkeit eingeschränkt (und langsamer in der Bewegung), dafür ist eine allgemein höhere Stabilität für verteidigende Haltungen entstanden. Um eine höhere Beweglichkeit zu erhalten, ist es wichtig, den Zeigefinger und den Daumen geöffnet zu lassen und nur durch die restlichen drei Finger den Gi zu greifen (Takahashi, 2005, S. 93). Zusätzlich unterstützt das Fassen die kinästhetische Wahrnehmung, indem die Bewegungen des Gegners gespürt werden und so die Absichten erkannt werden können (vgl. Beissner & Birod, 1977, S. 47; Lehmann & Ulbricht, 1994, S. 26).

Hikite (Zug-Arm) Um Uke zu ziehen, ist der Zug-Arm der, der die meiste Zugkraft entwickelt (ca. 75%)(vgl. Sacripanti 2011, S 39). Ein zu hoher Griff (zur Schulter hin) schränkt Uke direkter ein, verursacht aber weniger Bewegungsfreiheit in der Armbewegung und vermindert den Beschleunigungsweg für Toris Aufzugbewegung. Der Zug-Arm verbessert Rotationsbewegungen und ist nur vereinzelt als Schub-Arm, also um Schubkraft zu entwickeln, implementierbar.

Tsurite (Hub-Arm) ist für die Aufzieh./Zug.-Bewegung weniger verantwortlich als Hikite (ca.25%)(vgl. Sacripanti 2011, S 39), hat dafür aber deutlich mehr Schubkraft, weiter ist er stärker für die Abwehr einsetzbar (Lehmann & Müller-Deck, 1989, S. 42). Ein zu hoher Griff (Richtung Kopf), ist stärker, um das Gleichgewicht zu brechen, aber dafür entsteht weniger Bewegungsfreiheit für die Arme und Beine. Ist der Arm gestreckt, ist eine Hubbewegung nicht möglich, dafür blockiert dann der Arm z.B. Rotationsbewegungen des Gegners und ist daher ein defensiver Griff. Können Hikite und Tsurite greifen und Uke hat keinen Griff, entsteht die größte Wahrscheinlichkeit die Tokui-Waza durchzusetzen.

Unterschieden werden hier die 1:0, 2:1 und 2:0 Griffsituation (vgl. Wieneke, 1999). Die erweiterte Hierarchie verdeutlicht die unterschiedlichen Griffsituationen (links Tori/rechts Uke):

2 Hände gegen	0 Hände	stark dominierend
2 Hände gegen	1 Hand	dominierend
1 Hand gegen	0 Hand	dominierend
1 Hand gegen	1Hand	neutral
0 Hände gegen	0 Hände	neutral
2 Hände gegen	2 Hände	neutral
1 Hand gegen	1 Hand	neutral
0 Hände gegen	1 Hand	Nachteil
1 Hand gegen	2 Hände	Nachteil
0 Hand gegen	2 Hände	starker Nachteil

Quellenangabe: siehe Gesamtwerk