

Einteilung der Gokyo-no-kaisetsu

Das japanische Lehrsystem der Gokyo-no-kaisetsu - „Erklären der 5 Lerngebiete“ – (oder Gokyo-no-waza) wurde vom Kodokan als der Standardlehrplan von Judo-Techniken 1895 ins Leben gerufen. Von 1920 bis 1982 bestand die Kodokan Gokyo-no-waza aus 40 Würfeln in 5 Gruppen.

Diese Einteilung gilt noch heute als Grundlage für Gürtelprüfungen und als Schema für die Ausbildung.

Zum 100. Jahrestag des Kodokan (1982) wurde eine zusätzliche Gruppe (**6. Kyo**) mit acht traditionellen Würfeln hinzugefügt (diese waren 1920 herausgenommen worden) und 17 neuere Techniken wurden als offizielle Kodokan Judo-Würfe anerkannt (**Shinmeisho-no-waza**). 1997 fügte der Kodokan die letzten zwei zusätzlichen Würfe der Shinmeisho-no-waza hinzu.

In der Gokyo sind die 40 wichtigsten Würfe nach 5 **Schwierigkeitsgruppen = Kyo** (in jeder Gruppe 8 Würfe) geordnet worden.

Die Nummerierung der Schwierigkeitsgruppen ist umgekehrt wie die **Kyu-Grade = Schülergrad** (V. bis I. Kyu), also 1. bis 5. Kyo.

Anmerkung: In der Aufstellung des DJV der DDR wurden die Techniken Ko-soto-gari und O-uchi-gari ausgetauscht.

VI. Kyu (Rok-kyu)

weißer Gürtel

1. Kyo (Ik-kyo)

V. Kyu (Go-kyu)

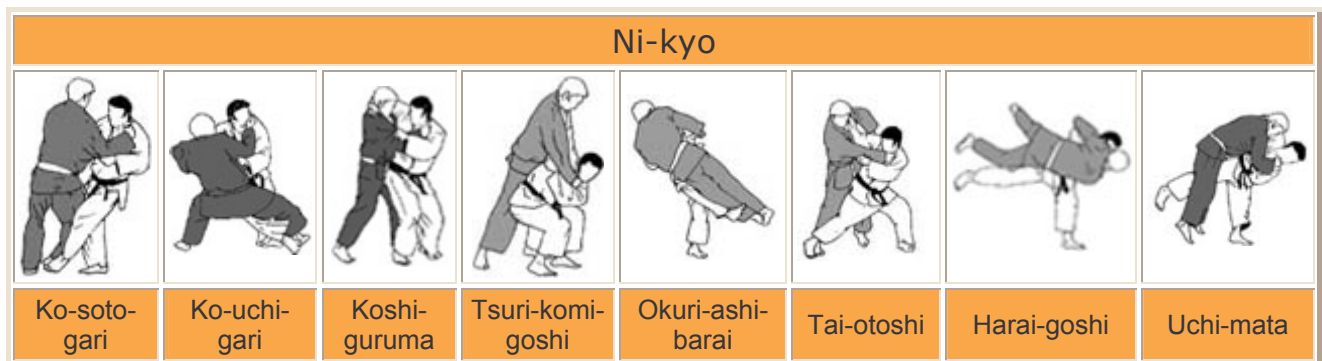
gelber Gürtel

De-ashi-barai	= Fußfegen
Hiza-guruma	= Knierad
Sasae-tsuri-komi-ashi	= Hebezugfußhalten
Uki-goshi	= Hüftschwung
O-soto-gari	= große Außensichel
O-goshi	= großer Hüftwurf
O-uchi-gari	= große Innensichel
Seoi-nage	= Schulterwurf



2. Kyo (Ni-kyo)**IV. Kyu (Shi-kyu)****orange Gürtel**

Ko-soto-gari	= kleine Außensichel
Ko-uchi-gari	= kleine Innensichel
Koshi-guruma	= Hüfttrad
Tsuri-komi-goshi	= Hebehüftwurf
Okuri-ashi-barai	= Fußnachfegen (Doppelfußfege)
Tai-otoshi	= Körperwurf
Harai-goshi	= Hüftfegen
Uchi-mata	= Innerer Schenkelwurf

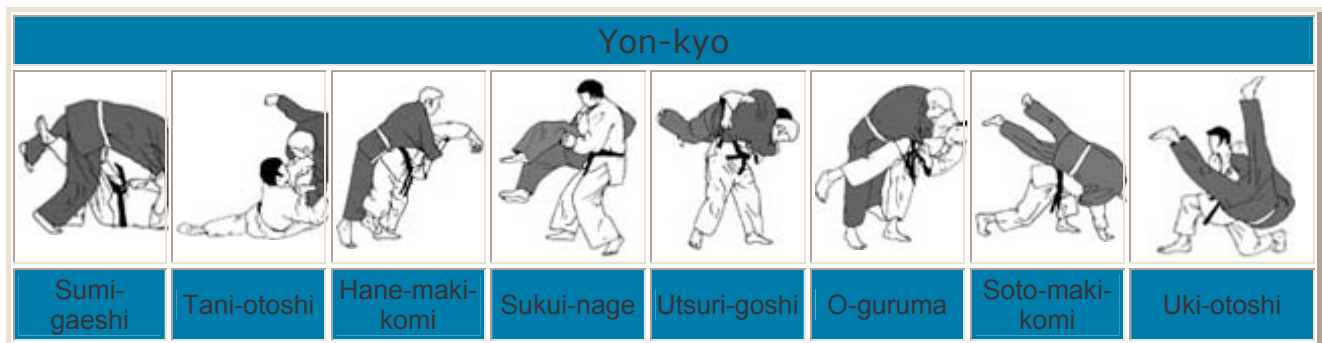
**3. Kyo (San-kyo)****III. Kyu (San-kyu)****grüner Gürtel**

Ko-soto-gake	= kleines Einhängen
Tsuri-goshi	= Hüftzug
Yoko-otoshi	= Seitfallzug
Ashi-guruma	= Beinrad
Hane-goshi	= Springhüftwurf
Harai-tsuri-komi-ashi	= Hebezugfußfegen
Tomoe-nage	= Kopfwurf
Kata-guruma	= Schulterrad

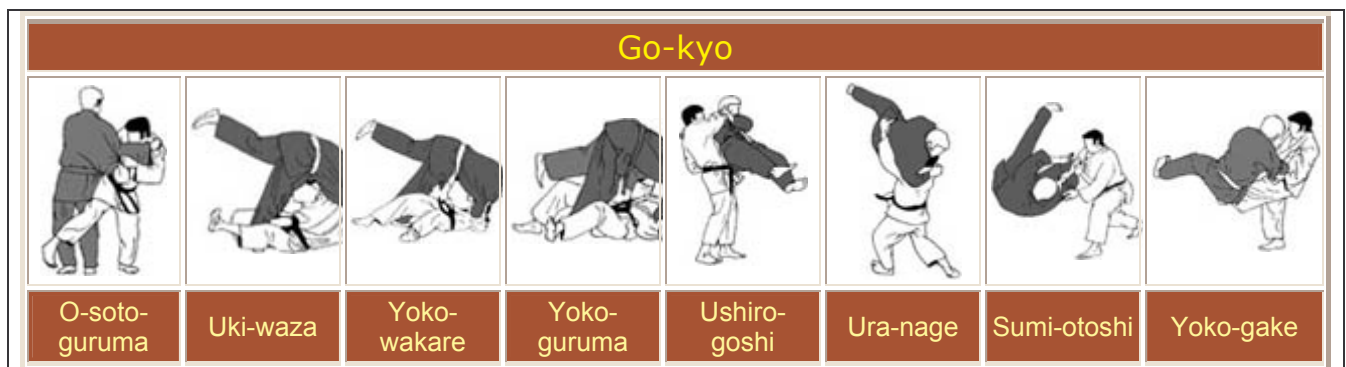


4. Kyo (Yon-kyo)**II. Kyu (Ni-kyu)****blauer Gürtel**

Sumi-gaeshi	= Eckenwurf
Tani-otoshi	= Talfallzug
Hane-maki-komi	= Springdrehwurf
Sukui-nage	= Schaufelwurf
Utsuri-goshi	= Wechselhüftwurf
O-guruma	= Große Rad
Soto-maki-komi	= Außendrehwurf
Uki-otoshi	= Schwebehandzug

**5. Kyo (Go-kyo)****I. Kyu (Ik-kyu)****brauner Gürtel**

O-soto-guruma	= großes Außenrad
Uki-waza	= Rückfallzug
Yoko-wakare	= Seitenriss
Yoko-guruma	= Seitenrad
Ushiro-goshi	= Hüftgegenwurf
Ura-nage	= Rückwurf
Sumi-otoshi	= Eckenkippe
Yoko-gake	= Seitfußzug



6. Kyo (Roku-kyo)

Obi-otoshi	= Gürtelzug
Daki-wakare / Kakae-wake	= Umarmungsriß
Hikikomi-gaeshi	= Selbstfallzug
O-soto-otoshi	= Großer Außenzug
Tawara-gaeshi	= Reisballenwurf
Uchi-maki-komi	= Innendrehwurf
Seoi-otoshi	= Schulterzug
Yama-arashi	= Bergsturm

Shinmeisho-no-waza

Morote-gari / Ryo-ashi-dori	= Zweihandsichel
Kushiki-taoshi	= Baumfällwurf
Kibisu-gaeshi	=
Uchi-mata-sukashi	= Konter des Uchi-mata durch Ausweichen
Ko-uchi-gaeshi	= Konter des Ko-uchi-gari
Daki-age / Mochiage-otoshi	= Haltehebezug
Tsubame-gaeshi	= Kontern durch Nachfegen (Schwalben-Gegenwurf)
O-soto-gaeshi	= Konter des O-soto-gari
O-uchi-gaeshi / Kari-gaeshi	= Konter des O-uchi-gari
Hane-goshi-gaeshi	= Konter des Hane-goshi
Harai-goshi-gaeshi	= Konter des Harai-goshi
Uchi-mata-gaeshi	= Konter des Uchi-mata
Kani-basami	= Scherenwurf
Kawazu-gake	= Bein umschlingen
O-soto-maki-komi	= Großer Außendrehwurf
Uchi-mata-maki-komi	= Inndrehwurf
Harai-maki-komi	=
Sode-tsuru-komi-goshi	= gestreckter Armhüftwurf (Hebehüftwurf an einem Ärmel gefasst)
Ippon-seoi-nage	= Einpunkt-Schulterwurf