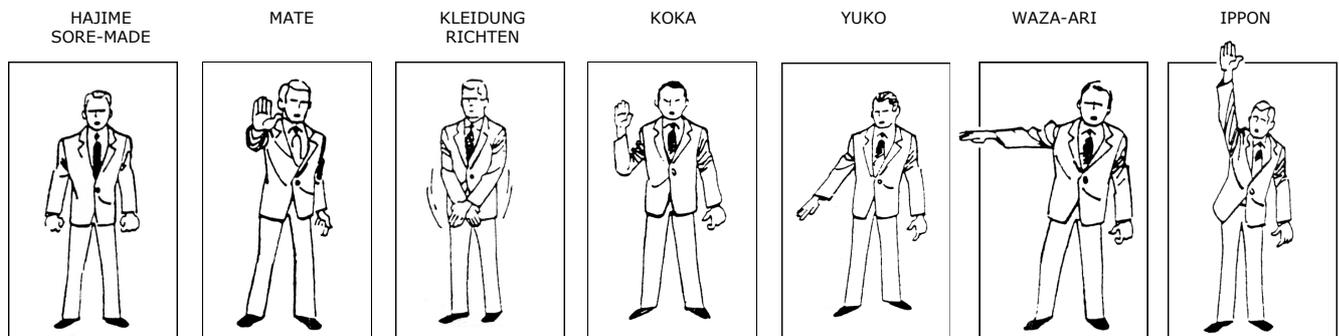


ORANGEGURT - 4. KYU

- STANDTECHNIK:** Ko-Uchi-Barai
O-Uchi-Barai
Tsuru-Komi-Goshi
Tai-Otoshi
- BODENTECHNIK:** Ude-Hishigi-Hiza-Gatame (2 Arten)
- KOMBINATIONEN:** Ko-Uchi-Barai → Ippon-Seoi-Nage
De-Ashi-Barai → Koshi-Guruma
Uke in Bankstellung → Osae-Komi
- VERTEIDIGUNGEN:** Auskommen aus Kami-Shiho-Gatame (2 Arten)
Verteidigung gegen Hishigi
Blockieren

PRÜFUNGSFRAGEN

Wie sehen weitere Handzeichen der Kampfrichter aus?



Wann erhält ein Kämpfer für einen Wurf **IPPON** bzw. **WAZA-ARI**?

Um einen Wurf mit **IPPON** bewerten zu können, müssen folgende Punkte erfüllt sein:

- Kontrolle
- Kraft
- Schnelligkeit
- Auftrefffläche ist größtenteils der Rücken

Um einen Wurf mit **WAZA-ARI** bewerten zu können, müssen folgende Punkte erfüllt sein:

- Kontrolle
- teilweises Fehlen eines der anderen Kriterien für **IPPON**

(Beispiel: Tori wirft Uke mit Kraft auf den Rücken, es fehlt jedoch die Schnelligkeit während des Wurfes)

Welche Bestrafungen gibt es und welchen Wertungen für den Gegner entsprechen sie?

Leichte Regelverstöße werden mit **SHIDO** bestraft.

Schwere Regelverstöße werden mit **HONSOKU-MAKE** bestraft.

Für jede Bestrafung erhält der Gegner sofort die entsprechende positive Wertung.

- | | |
|---------------------|-----------------|
| 1. SHIDO | KOKA |
| 2. SHIDO | YUKO |
| 3. SHIDO | WAZA-ARI |
| HANSOKU-MAKE | IPPON |

Der Kampfrichter kann **SHIDO** maximal 3 Mal gegen einen Kämpfer aussprechen. Beim 4. leichten Regelverstoß folgt **HANSOKU-MAKE**. **HANSOKU-MAKE** bedeutet, dass der Kämpfer disqualifiziert und vom Turnier ausgeschlossen wird.