



# Wir haben „Rundgefragt“

Heute beim Judoclub Jigoro Kano Ingelheim

**Ingelheim (lis).** Wenn Tori und Uke gemeinsam zum Dojo gehen, ziehen sie sich zuerst ihren Judogi an. Mindestens einer von ihnen wird anschließend nach einem Hanegoshi auf dem Tatami landen. Wenn ihnen das jetzt spanisch vorkommt, liegt das daran, dass der Gründer des modernen Judo, Kano Jigoro, aus Japan stammt. Er entwickelte im späten 19. Jahrhundert aus dem Jiu-Jitsu das heute

bekannteste Judo. Dabei erlernte er die gefährlichen Techniken aus dem Jiu-Jitsu. Judo heißt übersetzt soviel wie „sanfter Weg“. Ziel ist es den Gegner ohne Verletzungen zu besiegen. Es gilt die eigene Kraft und die des Gegenübers geschickt einzusetzen. Judo gehört zu den bekanntesten asiatischen Kampfsportarten und ist seit 1964 eine olympische Disziplin. Beim Deutschen Judoverband heißt es: „Judo

bedeutet die maximale Wirkung bei einem Minimum an Aufwand zu erzielen. Eine Herausforderung für Geist und Körper. Durch das Wechselspiel zwischen Angriff und Verteidigung trägt Judo dazu bei, dass sich der Judoka zu einem harmonischen Menschen entwickelt.“ Wie die Ingelheimer Jodoka dies bei ihrem Training umsetzen hat sich die Neue Ingelheimer Zeitung vor Ort angeschaut. Lesen Sie weiter auf Seite 6.