



Judo für Einsteiger/-innen

Die Wertungen

Es gibt im Judo mittlerweile 3 Wertungen: Ippon, Waza-ari, Yuko. Darüber hinaus werden auch Strafen, Shido, verteilt.

Ein **Ippon** wird vom Kampfrichter mit einem senkrecht nach oben stehenden Arm angezeigt, wenn:

- einer der Kämpfer den anderen kontrolliert, flüssig, mit Kraft und Schnelligkeit auf den Rücken befördert
- einer der Kämpfer den anderen 20 Sekunden im Haltegriff hielt
- einer der Kämpfer 2 Waza-Ari verbuchen konnte
- einer der Kämpfer den anderen durch eine Hebel- oder Würgetechnik zur Aufgabe zwingt

Ein Ippon beendet den Kampf sofort, er entspricht also ungefähr einem „Punkt“.



Der **Waza-ari** entspricht sozusagen einem halben Punkt, da zwei Waza-ari einem Ippon entsprechen. Waza-ari werden vergeben wenn:

- einer der Kämpfer den anderen auf den Rücken befördert, aber eines der Kriterien für einen Ippon nicht erfüllt sind (weil zum Beispiel die Technik nicht vollständig ist oder die Schnelligkeit fehlte).
- einer der Kämpfer den anderen zwischen 15 und 19 Sekunden im Haltegriff halten kann

Bei zwei Waza-ari sagt der Kampfrichter einen Ippon an und beendet den Kampf. Bei einem Waza-ari streckt der Kampfrichter den Arm seitlich im 90 Grad Winkel aus.

Ein **Yuko** ist ein kleiner technischer Vorteil. Ein Yuko wird gegeben, wenn:

- einer der Kämpfer den anderen wirft, und mehrere Kriterien für einen Ippon nicht gegeben sind (zum Beispiel, wenn der Gegner auf der Seite landet oder der Wurf ohne Kraft und Schnelligkeit ausgeführt wurde)
- ein Kämpfer den Anderen zwischen 10 und 14 Sekunden im Haltegriff halten konnte.

Ein Kämpfer kann beliebig viele Yuko sammeln. Bei einem Yuko streckt der Kampfrichter den Arm seitlich im 30 bis 60 Grad Winkel aus.

Bei Ablauf der Kampfzeit, die je nach Alter und z.T. Geschlecht unterschiedlich ist gewinnt der, der mehr Zähler einer höheren Wertung hat. Haben beide Kämpfer gleich viele Waza-ari, entscheiden die Yuko, haben beide gleich viele Yuko, entscheiden die Strafen.



Strafen werden für die verschiedensten Vergehen gegeben. Die Wettkampfordnung unterscheidet momentan 25 verschiedene Situationen für Shido, die wichtigsten sind allerdings Passivität, Verhindern des Griffs, Scheinangriffe um Zeit zu schinden und abgebeugtes Kämpfen. Wenn ein Shido ausgesprochen wird, dann symbolisiert der Kampfrichter den Grund für den Shido und zeigt mit dem Finger auf den Kämpfer, der das Vergehen begangen hat. Ein Kämpfer kann bis zu 3 Shido „sammeln“, beim Vierten verliert er den Kampf.

Mit Strafen kann man trotzdem den Kampf gewinnen, da sie sich erst bei Gleichstand auswirken.

Eine direkte Disqualifizierung heißt Hansoku-Make, dann verliert der Kämpfer, der das grobe Vergehen begangen hat und wird normalerweise für den Turniertag ausgeschlossen.

Auf die zum Teil komplizierten Strafregelungen für „Beinfassen“ möchten wir hier nicht eingehen. Hier verweisen wir auf die Wettkampfordnung des DJB.