

Judo Kyu Prüfungen JJCW Theoriefragen

| Kategorie | Frage: Was heisst | Antwort | Kyugrad |
|------------|--|---|--------------|
| Allgemein | Was heisst Judo | sanfte Weg | 5.Kyu / gelb |
| Allgemein | Wer ist der Judo-Begründer | Jigoro Kano | 5.Kyu / gelb |
| Allgemein | Was bedeutet Sensei | Lehrer mit Dan-Grad | 5.Kyu / gelb |
| Allgemein | Was bedeutet Dojo | Judo Trainingshalle | 5.Kyu / gelb |
| Grundlagen | Nenne fünf Verhaltensregeln im Dojo. | <ul style="list-style-type: none"> a) Regelmässig und pünktlich zum Training erscheinen b) Schmuckgegenstände vor dem Training entfernen c) Sauberkeit des Körpers und des Gi (Füsse waschen vor Training!) d) Toilette vor Trainingsbeginn benutzen e) Finger- und Zehennägel kurz schneiden f) Essen während des Trainings verboten (auch kein Kaugummi kauen) g) Abmelden beim Trainer beim Verlassen der Matte während des Trainings h) Ritual des Verbeugens beim Betreten und Verlassen der Matte, vor und nach dem Training sowie vor und nach jedem Partnerwechsel i) Respekt zu höhergradierten Gürtelträger j) Aufmerksam den Anweisungen des Lehrers folgen k) Alle helfen allen l) Jeder ist bereit, mit jedem zu üben j) Beim Zeichen der Aufgabe (2x abklopfen) vom Partner sofort alle Griffe lösen k) Ruhiges Verhalten im DOJO (laute Konversation, Lärm, Fluchen vermeiden) | 5.Kyu / gelb |
| Allgemein | Was bedeutet Rei | Grüssen | 5.Kyu / gelb |
| Allgemein | Was bedeutet Ritsu-rei | Stehend grüssen | 5.Kyu / gelb |
| Allgemein | Was bedeutet Za-rei | Kniend grüssen | 5.Kyu / gelb |
| Allgemein | Was bedeutet Mokuso | Konzentration, im Judositz | 5.Kyu / gelb |
| Allgemein | Was ist Tatami | Ist eine Matte | 5.Kyu / gelb |
| Allgemein | Was ist Migi | Rechts | 5.Kyu / gelb |
| Allgemein | Was ist Hidari | Links | 5.Kyu / gelb |
| Allgemein | Wer ist Tori | Angreifer | 5.Kyu / gelb |
| Allgemein | Wer ist Uke | Verteidiger | 5.Kyu / gelb |
| Allgemein | Was ist ein Kyu | Schulgard 6. bis 1. | 5.Kyu / gelb |
| Allgemein | Was ist ein Dan | Meistergard 1. bis 10. | 5.Kyu / gelb |
| Allgemein | Wie nennt man einen, der unseren Sport ausführt? | Judoka | 5.Kyu / gelb |
| Allgemein | Wie nennt man unseren Trainingsanzug? | Gi | 5.Kyu / gelb |
| Techniken | Was sind die drei wichtigsten Voraussetzung, damit ein Wurf gelingt? | <p>Kuzushi (Das Gleichgewicht brechen. Das ist wenn Ukes Schwerpunkt über seine Standfläche herausragt);</p> <p>Tsukuri (Die Vorbereitung und das Einleiten einer Judotechnik);</p> <p>Kake (Die Technik ausführen. Die Judotechnik zum Abschluss bringen, das mit Ippon gewertet wird)</p> | 5.Kyu / gelb |

Judo Kyu Prüfungen JJCW Theoriefragen

| Kategorie | Frage: Was heisst | Antwort | Kyugrad |
|-----------|-----------------------------|--|----------------|
| Techniken | Was bedeutet Shizentai | Grundstellung | 4.Kyu / orange |
| Allgemein | Was bedeutet Jigothai | Verteidigungsstellung | 4.Kyu / orange |
| Techniken | Was bedeutet Kumi-kata | Griff fassen | 4.Kyu / orange |
| Allgemein | Was bedeutet Ayumi-ashi | Normales Schreiten (ein Fuss gleitet am anderen Fuss vorbei) | 4.Kyu / orange |
| Allgemein | Was bedeutet Tsugi-ashi | Schreiten, wobei ein Fuss dem anderen stets nachgezogen wird | 4.Kyu / orange |
| Allgemein | Was bedeutet Shintai | Vor- und Rückwärtsschreiten | 4.Kyu / orange |
| Allgemein | Was bedeutet Tai-sabaki | Körperdrehung | 4.Kyu / orange |
| Wettkampf | Was bedeutet Hajime | Der Kampf beginnt | 4.Kyu / orange |
| Wettkampf | Was bedeutet Sono-mama | NICHT bewegen! | 4.Kyu / orange |
| Wettkampf | Was bedeutet Yoshi | Kämpft weiter, weitermachen | 4.Kyu / orange |
| Wettkampf | Was bedeutet Hasoku make | Der Kämpfer ist vom Wettkampf ausgeschlossen | 4.Kyu / orange |
| Wettkampf | Was bedeutet Osaekomi | Tori kontrolliert Uke mit einem Haltegriff. Die Festhaltezeit wird gestartet. | 4.Kyu / orange |
| Wettkampf | Was bedeutet Oaekomi Toketa | Tori verliert mit einem Haltegriff die Kontrolle über Uke. Im Wettkampf wird die Festhaltezeit gestoppt. | 4.Kyu / orange |
| Wettkampf | Was bedeutet Mate | Der Kampf gestoppt | 4.Kyu / orange |
| Wettkampf | Was bedeutet Sore-made | Der Kampf endet | 4.Kyu / orange |
| Wettkampf | Was bedeutet Waza-ari | Halber Wettkampfpunkt, 2 Waza-ari = Ippon | 4.Kyu / orange |
| Wettkampf | Was bedeutet Ippon | Einen Punkt. Vorzeitiger Sieg. Der Kampf ist gewonnen und vorbei | 4.Kyu / orange |
| | | | 4.Kyu / orange |

Judo Kyu Prüfungen JJCW Theoriefragen

| Kategorie | Frage: Was heisst | Antwort | Kyugrad |
|-----------|-------------------------|---|--------------|
| Techniken | Was ist Ashi-waza | Fuss- oder Beintechnik | 3.Kyu / grün |
| Techniken | Was ist Koshi-waza | Hüfttechnik | 3.Kyu / grün |
| Techniken | Was ist Te-waza | Hand- und Schultertechnik | 3.Kyu / grün |
| Allgemein | Was ist Shisei | Einnehmen der Kampfauslage | 3.Kyu / grün |
| Allgemein | Was ist Ai-yotsu | Gleicher Griff | 3.Kyu / grün |
| Allgemein | Was ist Kenka-yotsu | Gegengleicher Griff | 3.Kyu / grün |
| Allgemein | Was ist Uchi-komi | Eingänge ohne Wurf üben, mehrere Wiederholungen | 3.Kyu / grün |
| Allgemein | Was ist Yaku-soku-geiko | Üben ohne gegenseitigen Widerstand | 3.Kyu / grün |
| Allgemein | Was ist Kakari-geiko | Angriff des Tori, nur Verteidigung des Ukes | 3.Kyu / grün |
| Allgemein | Was ist Randori | Freies Üben, lockeres Kämpfen | 3.Kyu / grün |

Judo Kyu Prüfungen JJCW Theoriefragen

| Kategorie | Frage: Was heisst | Antwort | Kyugrad |
|-----------|------------------------------------|----------------------------|---------|
| Techniken | Was ist Renraku-Waza | Kombinationstechnik | 2. Kyu |
| Techniken | Was ist Kaeshi-Waza | Gegenwurftechnik | 2. Kyu |
| Wettkampf | Was ist Shiai | Wettkampf | 2. Kyu |
| Wettkampf | Was bedeutet Wazaari-awasete-ippon | 2 Wazaari ergeben 1 Ippon | 2. Kyu |
| Wettkampf | Was bedeutet Shido | Strafe: Belehrung, Hinweis | 2. Kyu |
| Wettkampf | Was bedeutet der Ausruf: Maita | Ich gebe auf | 2. Kyu |
| Kata | Was ist Nage-no-kate | Form des Werfens | 2. Kyu |
| Kata | Was ist Katame-no-kata | Form der Kontrolle | 2. Kyu |
| Kata | Was ist Kime-no-kata | Form der Entscheidung | 2. Kyu |
| Kata | Was ist Ju-no-kata | Form der Geschmeidigkeit | 2. Kyu |

Judo Kyu Prüfungen JJCW Theoriefragen

| Kategorie | Frage: Was heisst | Antwort | Kyugrad |
|------------------|--------------------------|---------------------------------|----------------|
| Techniken | Was ist Nage-waza | Wurftechnik | 1.Kyu / braun |
| Techniken | Was ist Tachi-waza | Standtechnik | 1.Kyu / braun |
| Techniken | Was ist Sutemi-waza | Selbstfalltechnik | 1.Kyu / braun |
| Techniken | Was ist Ma-sutemi-waza | Selbstfalltechnik in Rückenlage | 1.Kyu / braun |
| Techniken | Was ist Yoko-sutemi-waza | Selbstfalltechnik in Seitenlage | 1.Kyu / braun |
| Techniken | Was ist Katme-waza | Kontrolltechnik | 1.Kyu / braun |
| Techniken | Was ist Osae-waza | Haltetechnik | 1.Kyu / braun |
| Techniken | Was ist Shime-waza | Würgetechnik | 1.Kyu / braun |
| Techniken | Was ist Kansetsu-waza | Hebeltechnik | 1.Kyu / braun |
| Techniken | Was ist Ate-waza | Schlagtechnik | 1.Kyu / braun |