

Judo meistern. Bd.1



Filesize: 1.6 MB

Reviews

Thorough manual! Its this kind of excellent study. It really is writter in straightforward terms and never difficult to understand. I am very happy to inform you that this is basically the very best pdf we have read through during my individual existence and could be he greatest ebook for possibly.

(Dr. Arno Sauer Sr.)

JUDO MEISTERN. BD.1



To get **Judo meistern. Bd.1** PDF, remember to access the link below and save the document or gain access to additional information that are in conjunction with JUDO MEISTERN. BD.1 book.

Sport-Medien-Service Bonn Jul 2012, 2012. Buch. Book Condition: Neu. 148x210x mm. Neuware - 'Judo meistern' ist das offizielle Lehrbuch des Deutschen Judo-Bundes (DJB) zur Vorbereitung auf die Dan-Prüfungen. Im Mittelpunkt von Band 1 stehen die 67 Wurftechniken des Kodokan-Judo: die vierzig Würfe der Gokyo, die acht Würfe, die bei der Überarbeitung der Gokyo 1920 herausgenommen wurden (Habukareta-waza), sowie die 19 Wurftechniken, die nach Kanos Tod (1938) zwischen 1982 und 1997 von einem Kodokan-Ausschuss noch hinzugefügt wurden. Zusätzlich werden mehr als 50 Technikvarianten gezeigt und es wird versucht, diese teilweise mit 'Spitznamen' versehenen Würfe in den Namens-Katalog des Kodokan einzuordnen. Abschließend werden die Judo-spezifischen Verteidigungsformen Blocken, Ausweichen und Übersteigen sowie Kombinationen und Konteraktionen dargestellt, die sich im Wettkampf langfristig bewährt haben. Im Weiteren findet sich eine umfassende Analyse der klassischen Judo-Übungsformen Kata und Randori, sowohl im Hinblick auf die historische Entwicklung als auch auf ihre Verwendung im modernen Judo. Die Nage-no-kata wird im Detail gezeigt und beschrieben. Daneben finden sich auch theoretische Erläuterungen zu Shiai (Wettkampf), Uchi-komi, Yakusoku-geiko und Tandoku-renshu sowie zu den Grundlagen der Judo-Philosophie und Geschichte, zum Verhalten sowie zum Bewegen im Judo. Ein umfangreicher Anhang umfasst unter anderem ein Lexikon, ein Verzeichnis aller im Buch erwähnten Judo-Persönlichkeiten, eine kommentierte Übersicht über empfehlenswerte Judobücher sowie Internet-Links zu empfehlenswerten Judo-Homepages. Dieses Buch sollte jeder fortgeschrittene Judoka als ständiges Nachschlagewerk haben. 312 pp. Deutsch.



[Read Judo meistern. Bd.1 Online](#)



[Download PDF Judo meistern. Bd.1](#)

Other PDFs



[PDF] The Whale Tells His Side of the Story Hey God, Ive Got Some Guy Named Jonah in My Stomach and I Think Im Gonna Throw Up

Follow the link under to download "The Whale Tells His Side of the Story Hey God, Ive Got Some Guy Named Jonah in My Stomach and I Think Im Gonna Throw Up" PDF file.

[Read eBook »](#)



[PDF] Stories from East High: Bonjour, Wildcats v. 12

Follow the link under to download "Stories from East High: Bonjour, Wildcats v. 12" PDF file.

[Read eBook »](#)



[PDF] Viking Ships At Sunrise Magic Tree House, No. 15

Follow the link under to download "Viking Ships At Sunrise Magic Tree House, No. 15" PDF file.

[Read eBook »](#)



[PDF] The Collected Short Stories of W. Somerset Maugham, Vol. 1

Follow the link under to download "The Collected Short Stories of W. Somerset Maugham, Vol. 1" PDF file.

[Read eBook »](#)



[PDF] Im Going to Read 174 Baby Im Bigger by Harriet Ziefert 2007 Paperback

Follow the link under to download "Im Going to Read 174 Baby Im Bigger by Harriet Ziefert 2007 Paperback" PDF file.

[Read eBook »](#)



[PDF] Animal Noises, w. 12 flashcards

Follow the link under to download "Animal Noises, w. 12 flashcards" PDF file.

[Read eBook »](#)