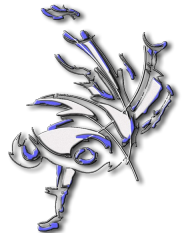


# Liste der Judowürfe



Name	Kyu	Gürtel	Bedeutung	Technik	Gokyo
Ashi-guruma	1	braun	Beinrad / unter Knie	Ashi-waza	Ja
Kata-guruma	1	braun	Schulterrad	Te-waza	Ja
O-guruma	1	braun	großes Rad / über Knie	Ashi-waza	Ja
Ura-nage	1	braun	Rückwurf	Ma-sutemi-waza	Ja
Yoko-guruma	1	braun	Seitrad	Yoko-sutemi-waza	Ja
Ashi-uchi-mata	2	blau	Innerer Schenkelwurf	Ashi-waza	Ja
Morote-gari	2	blau	Mit beiden Händen sicheln	Te-waza	Ja
Uschiro-goshi	2	blau	Hüftgegenwurf	Koshi-waza	Ja
Utsuri-goshi	2	blau	Hüftwechselwurf	Koshi-waza	Ja
Kata-ashi-dori	2	blau	ein Bein wegreißen/diagon.	Te-waza	Nein
Kuchiki-taoshi	2	blau	ein Bein wegziehen/gegen.	Te-waza	Nein
Te-guruma	2	blau	Handrad	Te-waza	Nein
Sumi-gaeshi	3	grün	Ecken-Kippe	Ma-sutemi-waza	Ja
Tani-otoshi	3	grün	Talfallzug	Yoko-sutemi-waza	Ja
Yoko-otoshi	3	grün	Seitsturz	Yoko-sutemi-waza	Ja
Hane-goshi	3	grün	Springhüftwurf	Koshi-waza	Ja
Yoko-sumi-gaeshi	3	grün	seitliche Ecken-Kippe	Ma-sutemi-waza	Nein
Okuri-ashi-barei	4	orange-grün	beide Füße fegen	Ashi-waza	Ja
Tomoe-nage	4	orange-grün	Kopfwurf	Ma-sutemi-waza	Ja
Ko-uchi-maki-komi	4	orange-grün	kleine Innensichel-mitfallen	Ma-sutemi-waza	Nein
Yoko-tomoe-nage	4	orange-grün	Kopfwurf zur Seite	Ma-sutemi-waza	Nein
Harai-goshi	5	orange	Hüftfegen	Koshi-waza	Ja
Ko-soto-gake	5	orange	kleines äußeres einhängen	Ashi-waza	Ja
Sasae-tsuri-komi-ashi	5	orange	Hebestützfußhalten	Ashi-waza	Ja
Ko-uchi-barei	5	orange	kleiner Feger von Innen	Ashi-waza	Nein
O-uchi-barei	5	orange	großer Feger von Innen	Ashi-waza	Nein
O-soto-gari	6	gelb-orange	große Außensichel	Ashi-waza	Ja
Tai-otoshi	6	gelb-orange	Körpersturz	Te-waza	Ja
Tsuri-komi-goshi	6	gelb-orange	Hebezughüftwurf	Koshi-waza	Ja

Ippon-seoi-nage	6	gelb-orange	Punkt-Schulterwurf	Te-waza	Nein
Koshi-guruma	7	gelb	Hüftrad	Koshi-waza	Ja
Ko-uchi-gari	7	gelb	kleine Innensichel	Ashi-waza	Ja
O-uchi-gari	7	gelb	große Innensichel	Ashi-waza	Ja
Seoi-otoshi	7	gelb	Schultersturz	Te-waza	Nein
De-ashi-barei	8	weiß- gelb	Fußfegen	Ashi-waza	Ja
Hiza-guruma	8	weiß- gelb	Knierad	Ashi-waza	Ja
O-goshi	8	weiß- gelb	Großer Hüftwurf	Koshi-waza	Ja
O-soto-otoshi	8	weiß- gelb	großer Außensturz	Ashi-waza	Nein