

Hanbo-Jutsu-Prüfungsprogramm



半
棒
術

Silke Stabenow

Sensei Detlev Borgstedt, 1. Dan Hanbo

I.M.A.F. Prüfungsprogramm Hanbo - Jutsu

	5. Kyu Gelbgurt	4. Kyu Orangegurt	3. Kyu Grüngurt	2. Kyu Blaugurt	1. Kyu Braungurt	1. Dan Schwarzgurt	2. Dan Schwarzgurt
Vorbereitungszeit:	3 Monate	3 Monate	4 Monate	4 Monate	6 Monate	12 Monate	12 Monate
Theorie über den Budo-Sport	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja
Fallschule	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja
Stock - Kata 1	ja	ja	ja	ja	ja	ja	ja
Stock - Kata 2	nein	nein	nein	nein	ja	ja	ja
Techniken gegen folgenden Angriffe:							
- Handgelenk fassen	1	2	3	4	5	6	7
- Würgen	1	2	3	4	4	5	5
- Umklammerung vor vorne	1	1	2	3	4	5	6
- Umklammerung von hinten	1	1	1	1	1	2	2
- Jacke fassen	1	2	2	2	2	3	4
- Boxer - oder Schlägerangriff	1	2	2	2	2	3	3
- Messerangriff	1	2	3	3	3	4	4
- Stockschlag von oben einhändig	1	2	3	4	5	6	7
- Stockschlag von oben beidhändig	1	2	3	4	5	6	7
- Fußtritt	1	2	3	4	5	6	7
- Stock fassen	1	2	2	2	3	4	5
- Stockstich	1	2	2	2	3	4	5
Transportgriff/e	1	1	1	1	1	1	1
Festlegetechnik/en mit Stock	1	1	1	1	2	3	3
Bemerkungen:							



Theorie über den Budosport

Karate

Kara = leer; te = Hand, Arm

- Gichin Funakoshi

- Begründer des modernen Karate
- gründete 1922 die erste Karateschule in Tokio

- 1957 fand die erste Meisterschaft statt

- 1970 fand die erste Weltmeisterschaft statt

- Die einzelnen Begründer:

Shotokan-Ryu - Gichin Funakoshi/Masatushi Nakayama

Wado-Ryu - Hironori Otsuka

Goju-Ryu - Cojum Miyagi (Okinawa)/Gogen Yamagutshi (Japan: Goju Kai)

Shito-Ryu - Kenwa Mahuni

Kyokushinkai - Matsutatsu Oyama

Shorin-Ryu - Sokon Matsomura (Okinawa)

Kun-Tai-Ko - L.V. Ott

American Kempo Karate - Edmund Parker

Jiu-/Ju-Jitsu

Jiu oder Ju = Weich, sanft; Jitsu = Kunstgriff

- Japanische Selbstverteidigung

- 1906 durch Erich Rahn in Deutschland eingeführt

- Begründer: Prof. Dr. Baelz

- Entstanden aus Samuraischulen

- Frühere Bezeichnungen = Yawara, Wai-jutsu, Kumi-nchi



Theorie über den Budosport

Aikido

Frei übersetzt = Körper und Geist in Übereinstimmung mit den Gesetzen der Natur und in Harmonie zueinander bringen

- Kampfkunst im mentalen, spirituellen Bereich
- Selbstverteidigung
- Vor ca. 50 Jahren von O-Sensei Morihei Uyeshiba begründet

Judo

Sanfte, geschmeidige Weg, den man im Leben beschreiten soll

- Japanische Kampf- und Verteidigungskunst
- Begründer: Prof. Jigero Kano
- Seit 1964 olympische Disziplin
- Wurf-, Hebel- und Festlegetechniken

Tae-Kwon-Do

Tae = Fuß; Kwon = Hand; Do = Weg

- Begründer: General A.D. Choi Hong Hi, 9. Dan
- 1955 Zusammenschluß der größten koreanischen Kampfsportarten
- Zerspalten in drei Weltverbände: ITF, WTF, Traditionelles TKD
- 1973 erste Weltmeisterschaft
- 1988 erstmalig bei der Olympiade in Seoul, Süd Korea
- Selbstverteidigungssport
- Wettkampfsport
- Bekanntester Vertreter: Kwon Jae Hwa



Theorie über den Budosport

Kung-Fu

Wörtlich übersetzt = harte Arbeit

- Kampfkunst und Selbstverteidigung
- Verschiedene Stilrichtungen:
Tiger, Leopard, Mantis, Schlange, Wing-Chun u. a.
 - Gelehrt im Shaolin-Kloster (Shaolin Kung-Fu), dorthin brachte der ZEN-Mönch Bodhidharma die Kunst der Verteidigung aus der sich das Kung-Fu (andere Bezeichnung: Wushu) entwickelte

Ju-Jutsu

- 1969 in BRD zusammengestellt
- Basiert auf Judo, Karate, Aikido und Boxtechniken
- Wettkampfsport
- Selbstverteidigung
- 1. Meisterschaft 1987

Kendo

Weg des Schwertes

- Wettkampf und Sport
- Gekämpft wird mit Übungsschwert = Shinai
- Begründer: Samurai

Sumo

Wörtlich übersetzt = sich wehren

- Japanische Kampfsportart (Ringkunst)
- Stoßen, Schieben, Heben, Werfen
- Ziel ist es, den Gegner aus dem Ring zu verbringen
- Der Legende nach ist Sumo ca. 2000 Jahre alt



Theorie über den Budosport

Bo-/Hanbo-Jutsu

- Entstand zur Zeit der Samurai-Epoche in Japan
- Ursprünglich entwickelt zur Verteidigung mittels des Schwertes ohne gleich den tödlichen Schwerthieb zu erzielen bzw. Verteidigung gegen fixieren der Schwerthand
- Wurde auch zur Zeit des Waffenverbotes in Japan von Bauern u. a. im geheimen gelehrt. (Es war jedem Nicht-Samurai auf Todesstrafe hin verboten, Waffen jeglicher Art zu tragen! Aus diesem Grund wurden die sog. Bauernwaffen = Tonfa, Sai Bo, Hanbo, Nunchaku usw. entwickelt)

Allgemeine Begriffe

Dojo	Trainingsraum
Zoris	japanische Sandalen
Tatami	Matte im Trainingsraum
Obi	Gürtel
Gi	Anzug
Budoka	SV-Ausübende
Zarei	Begrüßung im Kniesitz
Za-Zen	Meditationsübung im Sitzen
Dan-Grad	Meistergrad (es gibt 10 Meistergrade, davon werden 5 Grade ehrenhalber verliehen; Gürtelfarbe: schwarz, ab 6. Dan rot-weiß, 9. und 10. Dan rot; Gürtelordnung: Jiu-Jitsu)
Kyu-Grad	Schülergrad (es gibt 6 Schülergrade; Gürtelfarben: weiß, gelb, orange, grün, blau, braun)



Theorie über den Budosport

Sempai	der erfahrenere (ältere) Schüler
Sensei	Lehrer (Begrüßung: Sensei Ni Rei)
Shihan	Lehrmeister / Vorbild
Renshi	Ehrentitel für Meister
Kyoshi	Ehrentitel für Meister
Hanshi	Ehrentitel für Meister
Meijin	höchster Ehrentitel für Meister

japanische Zahlen:

0	rei oder zero
1	ichi
2	ni
3	san
4	yon oder shi
5	go
6	roku
7	nana oder shichi
8	hachi
9	kyu oder ku
10	ju

Quellen:

(Hanshi Siegfried Lory, 10. Dan, 2011)

(Wikipedia)

