

Graduierungsordnung

II. Graduierungsordnung für Kyu – Grade im Sumo

5. Kyu (gelbe Zecke am Mawashi)

allgemeiner Teil:

- o Begrüßung (Ringzeremonie und Verabschiedung mit Erklärungen)
- o Fallschule vorwärts, rückwärts und seitwärts zur Sicherheit
- o Laufschiule im Doyho
- o Mawashi binden

Technikteil:

- o Oshi (Schiebetechniken)
- o Demonstration Oshi - Dashi, Oshi – Taoshi, Abisé – Taoshi

Theorieteil:

- o Kampfbekleidung und Zierschürze
- o Regelwerk
- o verbotene Handlungen
- o Geschichte



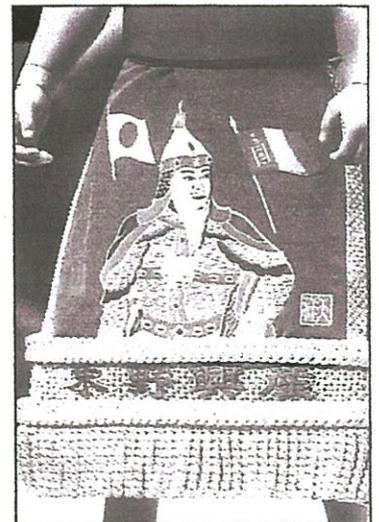
7. Abise-taoshi ist wie »Yori-taoshi«, nur dass beide innerhalb des Ringes zu Fall kommen.



4. Oshi-taoshi
Beim Oshi-taoshi wird der Gegner aus dem Ring geschoben, aber im Gegensatz zu »Abise-taoshi« und »Yori-taoshi« fallen nicht beide, sondern nur der Verlierer.



3. Oshi-dashi
Beim Oshi-dashi wird der Gegner mit einer oder mit beiden Händen aus dem Ring gestoßen. Nur eine Hand reicht. Selbst wenn die zweite Hand am Mawashi ist, zählt die Technik als »Oshi-dashi«, wenn der entscheidende Impuls durch den Stoß mit der freien Hand kommt.



Traditionelle Keshō-mawashi (Zierschürzen) mit individuellen Applikationen.

4. Kyu (orange Zecke am Mawashi)

allgemeiner Teil:

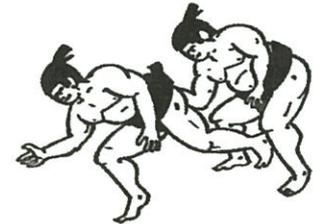
- o Begrüßung und Fallschule
- o Laufschiule im Doyho
- o Tachi - ai (1. Angriff – Start)
- o Shikos und deren Bedeutung

Technikteil

- o Wiederholung der Oshi aus dem 5. Kyu
- o Tsuki (Stoßtechniken)
- o Demonstration Tsuki – Dashi, Okuri – Dashi, Tsuki – Otoshi

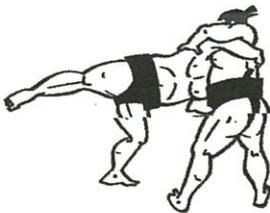
Theorieteil:

- o Der Ring – Doyho
- o Aufbau und Bedeutung der Teile des Doyho
- o Vorkenntnisse (5. Kyu)



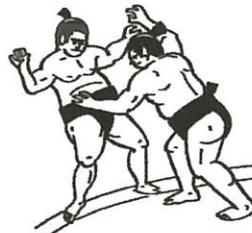
62. Okuri-dashi

Wartezeit 3 Monate



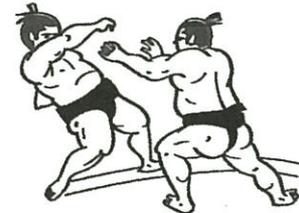
40. Tsuki-otoshi

Tsuki-otoshi ist ein Konter gegen Stöße. Ein Sumōtori, der mit Schlägen angegriffen wird, verteidigt sich durch eine schnelle Ausweichbewegung, bekommt seinen Gegner von der Seite zu fassen und kann ihn von da aus selbst mit Stößen nach draußen zwingen. Mit dieser Technik startete Chiyonofuji im Sommerturnier 1988 seine Siegesserie von 53 Kämpfen ohne Niederlage.



1. Tsuki-dashi

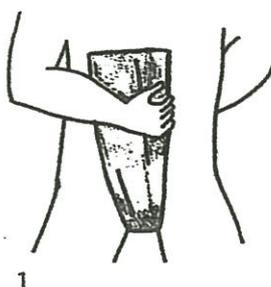
Beim Tsukidashi (Herausstoßen) werden im schnellen Wechsel die Handflächen gegen den Kontrahenten geschlagen, der dadurch gezwungen wird, den Ring zu verlassen.



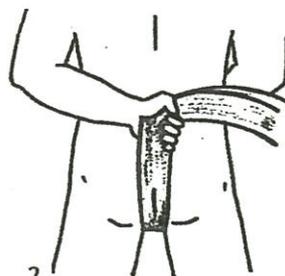
2. Tsuki-taoshi

Das Tsuki-taoshi ist wie das »Tsuki-dashi«, nur dass der Verlierer entweder innerhalb oder außerhalb des Ringes zu Boden fällt.

Bindetechnik des Kampfgürtels (mawashi).



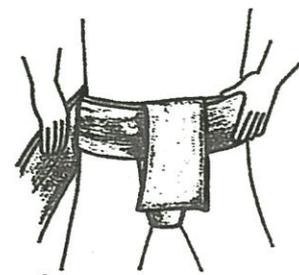
1



2



3



4

3. Kyu (grüne Zecke am Mawashi)

Allgemeiner Teil:

- o Begrüßung
- o Lauschule
- o Shikos
- o Ausweichen nach Tachi – ai am Mattenrand

Technikteil:

- o Yori (Grifftechniken)
- o Wiederholung der Oshi aus dem 5. und der Tsuki aus dem 4. Kyu
- o Demonstration Yori – Taoshi, Yori – Kiri, Tsuru – Dashi

Theorieteil:

- o Vorkenntnisse 4. und 5. Kyu
- o Lebensweise der Sumotori
- o symbolische des Doyho und der Nebenteile
- o Reinigungsritual

Wartezeit 3 Monate



5. Yori-kiri ist die erfolgreichste und beliebteste Technik. Mit ihr werden die meisten Kämpfe entschieden. Ein Rikishi hat beide Hände am Mawashi des Gegners und drängt bzw. schiebt ihn im Vorwärtsgang aus dem Dohyō.



6. Yori-taoshi ist ähnlich dem »Yori-kiri«, nur dass der Verlierer durch die Kraft des Angreifers nach draußen stürzt und der Sieger auf ihn drauf fällt.



59. Tsuru-dashi
Tsuru-dashi bezeichnet das »Heraustragen« des Gegners. Dieser wird mit beiden Händen am Mawashi hochgehoben und außerhalb des Ringes wieder abgestellt.



2. Kyu (blaue Zecke am Mawashi)

Allgemeiner Teil:

- o Begrüßung
- o Lauschule
- o Shikos und Tachi -ai

Technikteil:

- o weitere Tsuki
- o Wiederholung von je zwei Oshi, Tsuki und Yori
- o Demonstration Hiki – Otoshi, ~~Kake-nage~~ Uwaté – Nage, Shitate – Nage, Kote - Nage

Theorieteil:

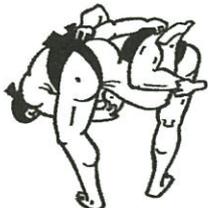
- o Vorkenntnisse 3., 4. und 5. Kyu
- o Amateursumo

Wartezeit 3 Monate



56. Hiki-otoshi

Hiki-otoshi ist manchmal schwer von »Tsuki-otoshi« zu unterscheiden. Hierbei wird der Gegner nach dem Ausweichen nicht durch Stöße, sondern durch Zufassen an den Armen oder auch am Gürtel zu Boden geworfen.



18. Kake-nage



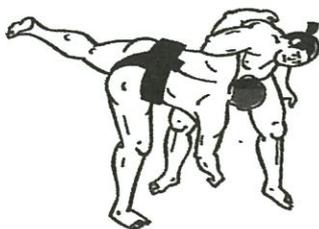
9. Uwate-nage

Uwate-nage, der Überarmwurf, ist die erfolgreichste Wurftechnik. Der Werfer greift von außen an den Mawashi und blockiert dabei den Arm des Gegners, der dann zu Boden geschleudert wird.

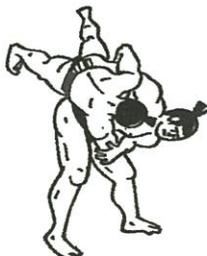


8. Shitate-nage

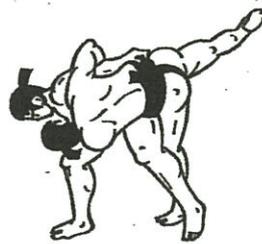
Shitate-nage, der Unterarmwurf, unterscheidet sich vom »Uwate-nage« dadurch, dass nicht über dem Arm an den Gürtel gegriffen wird, sondern unter der Achsel. Mit diesem Griff erfolgt dann der Wurf.



10. Kote-nage



13. Koshi-nage



16. Nichō-nage

1. Kyu (braune Zecke am Mawashi)

Allgemeiner Teil:

- o Begrüßung
- o Laufschule
- o Shikos
- o Ausweichen und Verteidigung

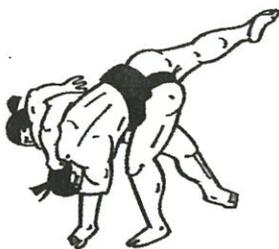
Technikteil:

- o Yori (Grifftechniken)
- o Wiederholung von je zwei Oshi, Tsuki und Yori
- o Demonstration Sukui – Nage, Kubi – Nage, Soto – Gake, Uchi – Gake

Theorieteil:

- o Vorkenntnisse 2., 3., 4. und 5. Kyu
- o Profisumo
- o Rangeinteilung der Rikishi

Wartezeit 3 Monate



11. Sukui-nage

Sukai-nage ist ein Armwurf, ohne den Griff am Gürtel zu haben. Der Angreifer fasst mit einer Hand genau zwischen die Schulterblätter des Gegners. Durch Drehung des eigenen Körpers wird der Kontrahent zu Fall gebracht



14. Kubi-nage

Kubi-nage ist ein Wurf, bei dem der Kopf mit einem Arm eingeklemmt und der Rikishi durch Körperdrehung geworfen wird.



20. Uchi-gake

Uchi-gake, das »innere Einhängen«, ist ähnlich dem »Soto-gake«, nur wird dabei das Bein nicht von außen, sondern von innen »gesichelt«.



21. Soto-gake

Soto-gake, das »äußere Einhängen«, ist ein Griff mit beiden Händen am Mawashi, wobei mit dem rechten Bein das linke des Gegners (oder umgekehrt) durch Einhaken von außen »weggesichelt« wird.



Wolfgang Zuckschwerdt
5. DAN-SUMO
A-Trainer