

WURF

ÜBERSETZUNG

ART

Alki-Otoshi
Ashi-Guruma
Ashi-Uchi-Mata
De-Ashi-Barai
Eri-Seoi-Nage
Hadaka – Jime
Hane-Goshi
Hane-Maki-Komi
Harai-Goshi
Harai-Tsuri-Komi-Ashi
Hiza-Guruma
Irimi-Nage
Ippon-Seoi-Nage
Juji-Garami
Kaiten-Nage (uchi)
Kaiten-Nage (soto)
Kani-Basami
Kata-Ashi-Dori
Kata-Guruma
Kokyu-Nage
Koshi-Nage
Koshi-Nage-Kote-hineri
Koshi-Nage-hiji- garami
Koto-Gaeshi
Ko-Soto- Barai
Ko-Soto-Gake
Ko-Soto-Gari
Ko-Uchi-Barai
Ko-Uchi-Gari
Ko-Uchi-Maki-Komi
Koshi-Guruma
Kuchiki-Daoshi
Morote-Seoi-Nage
Morote-Gari
Morote-Jime
O-Goshi
O-Goshi-Gaeshi
O-Guruma
O-Soto-Gaeshi
O-Soti-Gari
O- Soto- Guruma
O-Soto-Otoshi
O-Uchi-Barai
O-Uchi-Gaeshi
O-Uchi-Gari
Obi-Tori-Gaeshi
Okuri-Ashi-Barai

Ausheber
Knierad
Innerer Bein Schenkelwurf
Fußfegen
Kragenschulterwurf
Rückriss zum Boden
Hüftspringwurf
Springdrehwurf
Hüftfegen
Schwebebebezug-Fußstoppwurf
Knierad
Innen-Eingangswurf
Punkt-Schulterwurf
Armkreuzdrehwurf
Schleuderwurf (innen)
Schleuderwurf (außen)
Beinschere
Handsichel
Schulterrad
Atemkraftwurf
Hüftwurf
Handdrehhebelhüftwurf
Armkreuzdrehgriff
Handgelenkaußendrehwurf
Kleines Fußfegen
kleiner Außenzug
kleine Außensichel
kleines inneres Fegen
kleine Innensichel
kleines inneres Mitfallen
Hüfttrad

Schulterwurf beidhändig
Beidhandsichel
Beidhandwürge
Großer Hüftwurf
O-Goshi-Gegenwurf
großes Rad
Außensichelgegenwurf
Große Außensichel
großes Außenrad
äußeres Beinstellen
Großes äußeres Fegen
O-Uchi-Gegenwurf
Große Innensichel
Kippen mit Gürtelgriff
Fußnachfegen

Wurf durch Ausheben
Wurf durch Blockieren
Wurf durch Ausheben
Wurf durch Fegen
Wurf durch Anheben
Wurf durch zihen
Wurf durch Anheben
Wurf durch Anheben
Wurf durch Anheben
Wurf durch Fegen
Wurf durch Blockieren
Wurf durch Drücken
Wurf durch Anheben
Wurf durch Drehen
Wurf durch Drehen
Wurf durch Drehen
Wurf durch Wegreißen
Wurf durch Anheben
Wurf durch Drehen
Wurf durch Drehen
Wurf durch Drehen
Wurf durch Wegreißen
Wurf durch Wegreißen
Wurf durch Wegreißen
Wurf durch Wegreißen
Wurf durch Wegreißen
Wurf durch Wegreißen
Wurf durch Drehen
Wurf durch Ziehen
Wurf durch Drehen
Wurf durch Wegreißen
Wurf durch Aufgabe
Wurf durch Anheben
Wurf durch Anheben
Wurf durch Blockieren
Wurf durch Anheben
Wurf durch Wegreißen
Wurf durch Blockieren
Wurf durch Blockieren
Wurf durch Wegreißen
Wurf durch Drehen
Wurf durch Wegreißen
Wurf durch Kippen
Wurf durch Fegen