



JU-JUTSU

GESCHICHTE

Die Wurzeln des modernen Ju-Jutsu liegen in der Tradition des Jiu-Jitsu, einer waffenlosen japanischen Kampfkunst, die hauptsächlich von den Samurai ausgeübt wurde. Elemente des alten Jiu-Jitsu dienten auch anderen japanischen Kampfkünsten als Grundsystem wie z.B. dem Judo und dem Aikido. Jiu-Jitsu wurde Anfang des Jahrhunderts durch die japanische Marine nach Europa gebracht. Schon zu dieser Zeit stark verfremdet durch den Einfluss von Box- und Ringer-Techniken, entstand ein europäisches Jiu-Jitsu, welches mit dem eigentlichen japanischen Prinzip wenig zu tun hatte. Als nicht mehr zeitgemäß wurde das europäische Jiu-Jitsu dann in den sechziger Jahren von hochrangigen Dan-Trägern reformiert.

1969 wurde offiziell der Begriff Ju-Jutsu eingeführt. Seit einigen Jahren wurden außerdem Elemente aus dem Brasilian Jiu-Jitsu, dem Thai- und Kickboxen, sowie einiger philippinischer Kampfkünste integriert. Aufgrund dieser Entwicklung zählt das moderne Ju-Jutsu heute zu einem der flexibelsten und effektivsten Systeme der Selbstverteidigung.

TECHNIK

Im Ju-Jutsu werden Elemente aus dem Judo, Karate, Aikido und den anderen Komponenten effektiv zusammengeführt. **Ju** bedeutet Nachgeben, **Jutsu** bedeutet Kunst. **Ju-Jutsu = Kunst des Nachgebens**. Die Techniken werden weich und hart - je nach Erfordernis der Situation eingesetzt. Trotz der starken Reformierung und Europäisierung gilt auch beim Ju-Jutsu: Wirksamkeit bedeutet nicht Gewalt. Auch hier sind Respekt und Achtung des Gegners eine Grundregel.

TRAINING

Zum Training gehört eine intensive Schulung der Fallübungen, der Kondition und Koordination. Geübt wird fast immer mit einem oder mehreren Partnern. Wichtig sind ferner die Handhabung und vor allem die Abwehr diverser Waffen, in erster Linie Stock und Messer.

Ju-Jutsu ist von Männer und Frauen gleichermaßen zu erlernen.