



Im Aikido wird der Gegner bzw. der Angreifer kein Widerstand entgegengesetzt, sondern durch Ausweichen und Nachgeben Stoß und Zug über den Schwerpunkt des Angreifers hinaus geführt. Zentrifugal- und Zentripetalkraft werden dem eigenen Zweck so nutzbar gemacht, dass der Gegner sein Gleichgewicht verliert und durch eine Wurf- oder Hebeltechnik besiegt wird.

(5) JU-JUTSU

Europäische art des Jiu-Jitsu, dass sich aus Elementen des alten Jiu-Jitsu, des Judo, des Aikido und das Karate zusammensetzt. Bedeutung und Grundgedanke sind dem Jiu-Jitsu gleich.

(6) KARATE " LEERE (od. NACKTE) HAND " (Japan)

Entwicklung: Begründer des modernen Karate ist GICHIN FUNAKOSHI. Wie in anderen Kampfsportarten auch, gibt es mehrere Stilrichtungen, so z.B.: Goju-Ryu Shotokan-Ryu oder Wado-Ryu.

Philosophie: das Stoßen mit leeren Händen, wie überhaupt mit allen Gliedmaßen des menschlichen Körpers ist die älteste Form der menschlichen Geschichte. Viele Bewegungen und Kampfstellungen sind von Tieren übernommen worden, werden jedoch in Karate nicht so weich ausgeführt wie z.B.: in Kung Fu.

(7) KICKBOXEN (USA)

Entwicklung und Philosophie: In den 70er Jahren entstand diese Kampfsportart aus Karate, Taekwondo und Boxen.

Im Gegensatz zum traditionellen Karate (kein Kontakt), wird beim Kickboxen mit vorgeschriebener Schutzausrüstung auf Kontakt gekämpft. Bekannt wurde der Sport durch große Namen wie Chuck Norris oder Andi Hug.

(8) TAEKWONDO (Korea)

Entwicklung: Taekwondo entwickelte sich aus einer langen Tradition; es entstand vor über 2000 Jahren in Korea aus dem damaligen Subak und Taekyon. Heute ist Taekwondo eine moderne Wettkampfsportart (seit Sydney 2000 auch olympisch), die vor allem durch die akrobatischen, hohen und schnellen Beintechniken besticht.

Philosophie: TAE bedeutet springen & kicken (Beintechniken)
KWON bedeutet Faust (Handtechniken)
Do steht für den geistlichen Weg