

Bewegen, Bewegen, Bewegen



Hartwig Gunzer, 4. Dan JJ, machte beim Landeslehrgang Prüfungsprogramm am 24.4.10 in Kellinghusen vor über 60 Teilnehmern kein Geheimnis aus den Grundlagen erfolgreichen Ju-Jutsus. Egal, ob es um Atemitechniken, Wurftechniken, Komplexaufgaben oder andere Techniken geht: Die Voraussetzung für eine optimale Technik ist immer die optimale Position und das optimale Timing. Und dafür muss man sich

nun mal bewegen, bewegen, bewegen. Es reicht nicht, eine Technik an sich ausführen zu können, sondern man muss auch den Weg dorthin bewältigen, beim Wurf die Position im Richtigen Abstand und Winkel zum Angreifer finden, bei Atemi die richtige Distanz einnehmen und so weiter. Aber selbst bei einer vergleichsweise fest bestimmten Situation wie in der Prüfung verhält sich der Angreifer jedesmal ein klein wenig anders, steht ein klein wenig anders, oder es herrschen andere Größenverhältnisse zwischen Angreifer und Verteidiger. Deshalb muss der Verteidiger sich passend bewegen, bewegen, bewegen, um so immer in die optimale Position, Distanz usw. zu kommen.

