

## Abwehrfolge im Dreierkontakt mit dem Stock gegen Stockangriff

Eine Wurzel der Abwehrfolge im Dreierkontakt liegt im bewaffneten Kampf Messer gegen Messer oder Stock gegen Stock. Um das Verständnis für den Dreierkontakt und seine Anwendungsmöglichkeiten im Ju-Jutsu ein wenig zu vertiefen, kann es sehr instruktiv sein, diese ursprünglichen Anwendungen einmal auszuprobieren. Die Anwendung ergibt sich zum Beispiel, wenn ein Angriff durch den ersten Kontakt (in der Regel ein Block) nicht gestoppt werden kann und somit eine Weiterleitung erforderlich wird. Ferner kann es für den Verteidiger taktisch sinnvoll sein, sich mit dem Dreierkontakt auf die Außenseite zu arbeiten, so dass er eine günstigere Position als der Angreifer erreicht: Während der Verteidiger hier noch alle Gliedmaßen gegen den Angreifer einsetzen kann, ist dessen abgewandte Seite außerhalb der Reichweite.

Philipp Wolf, 3. Dan JJ, nahm sich als Referent des Landeslehrgangs am 26.6.10 in Heiligenhafen die dafür notwendige Zeit und bot den Teilnehmern einen didaktisch hervorragend durchdachten Einblick in dieses Thema.

Beispielhaft im Folgenden die Abwehrfolge im Dreierkontakt mit einem Stock gegen einen Stockangriff sowie der weiterführenden Kombination. Anwenden ließe sich dies z.B. in der Prüfung zum 4. Dan bei der Abwehr angesagter Stockangriffe mit Hilfe eines Stockes des Verteidigers; zusätzlich wird ein möglicher Einsatz eines Stocks für Hebel- und Wurftechniken nach erfolgter Entwaffnung des Angreifers demonstriert.



Bild 1: Tori wie auch Uke haben jeweils einen Stock in der rechten Hand. Uke greift mit Stockschlag von außen zum Hals an (Angriffswinkel 1).



Bild 2: Tori verkürzt den Winkel mit einem Ausfallschritt rechts nach vorne und blockt den Angriff am Unterarm mit der nächstgelegenen Hand (in diesem Fall: links). Gleichzeitig blockt der unter dem linken Arm hindurchgeführte Stock den angreifenden Stock. Der erste Kontakt besteht somit aus einer kombinierten Abwehrtechnik.



Bild 3: Mit dem Lösen der Blockhand schiebt Tori den rechten Arm von außen an Ukes Unterarm und erzeugt so den zweiten Kontakt. Beim Überführen von Ukes Arm auf die Außenseite achtet Tori darauf, dass sich sein eigener Stock immer zwischen Ukes Stock und Toris Kopf befindet, so dass Uke diesen nicht mit einem Fächer-schlag erreichen kann.



Bild 4: Beim Herunterführen greift Tori mit seiner linken Hand von unten im Handansatz (dritter Kontakt). Immer noch schützt der eigene Stock vor einem Konter zum Kopf.



Bild 5: Zur Entwaffnung dreht Tori Ukes Hand unter Zug so, dass Ukes Stock waagrecht steht. Hierdurch weist die Schwachstelle zwischen Daumen und Zeigefinger in Ukes Griff nach unten. Toris Stock ist wieder in einer günstigen Position, um auf mögliche Angriffe Ukes mit der linken Hand reagieren zu können.



Bild 6: Mit einer ruckartigen Gegenbewegung (rechter Unterarm am Stock herunter, linke Hand führt Ukes Hand nach oben) wird Uke entwaffnet. Je nach Bedarf könnte diese Bewegung mit einem Stockschlag von oben nach unten verbunden werden.



Bild 7: Direkt aus der Position nach der Entwaffnung ohne erneute Ausholbewegung führt Tori mit dem Stock in der Hand einen Fauststoß zu Ukes Solarplexus aus.



Bild 8: Bei der Rückzugbewegung des Fauststoßes fädelt Tori das kurze Ende unter Ukes Arm ein.



Bild 9: In der Gegenansicht wird deutlich, wie der Stock am Arm von Uke einhakt. Aus dieser Position zieht Tori mit rechts auf sich zu, so dass Uke nach vorne aus dem Gleichgewicht kommt und sein Arm gebeugt wird.



Bild 10: Dies nutzt Tori zum Eingang in einen Kreuzfesselgriff ...



Bild 11: ... der mit einer Schrittdrehung an die Seite von Uke vollendet wird. Ersatzweise für eine Sicherung am Kopf beobachtet Tori Uke in schlagbereiter Stellung.



Bild 12: Um Uke zu Boden zu bringen, kann Tori mit dem kurzen Ende des Stocks am Hals bzw. Kopf einfädeln, während Ukes rechter Arm wieder gestreckt wird.



Bild 13: Durch Positionswechsel um Ukes Kopf herum, Zug am gehaltenen Arm und Druck mit dem kurzen Ende des Stockes am Hals bzw. Kopf führt Tori einen Schleuderwurf aus.



Bild 14: Nach dem Wurf steht Tori seitlich zu Uke und beobachtet diesen. Der Stock wird für den Fall, dass Uke noch nicht aufgibt, schlagbereit gehalten.