

BRASILIANISCHES JIU-JITSU IM DJJV

■ Das Brasilianische Jiu Jitsu (BJJ) ist die südamerikanische Variante des traditionellen, japanischen Jiu-Jitsu. Es wurde Anfang des 20. Jahrhunderts maßgeblich von den Brüdern Carlos und Helio Gracie entwickelt.

Helio war körperlich nicht sonderlich stark und konnte eine Vielzahl der traditionellen Techniken nicht anwenden. Daher modifizierte er viele Techniken und machte sie effektiver und für körperlich schwächere Personen anwendbar. Die beiden Brüder unterrichteten ihre Kinder im Jiu-Jitsu und gaben ihr Wissen an die nächste Generation von Kämpfern und Lehrern weiter. In den siebziger Jahren reiste Rorion Gracie, einer der Söhne Helios, in die USA, um dort Karriere zu machen und seine Kampfkunst zu verbreiten. Anfangs unterrichtete er Jiu-Jitsu in seiner Garage, konnte aber mit der Zeit viele Menschen in den USA für die neue Kampfkunst begeistern. Zu Beginn der neunziger Jahre gelang dann der Durchbruch, als Rorion seine eigene Akademie in Los Angeles eröffnete und zusammen mit dem Werbefachmann Art Davie die legendären „Ultimate Fighting Championships (UFC)“ ins Leben rief.

Mittlerweile ist das Brasilianische Jiu-Jitsu weit über die Grenzen von Brasilien hinaus bekannt und kann in fast jeder größeren

Stadt trainiert werden. Schläge und Tritte bilden beim BJJ nicht den Schwerpunkt und werden in erster Linie taktisch benutzt, um beim Gegner bestimmte Reaktionen zu provozieren. Dies dient dazu, um z.B. im Standkampf die Distanz zu überbrücken oder um im Bodenkampf finale Hebel- oder Würgetechniken vorzubereiten.

Heutige Wettkämpfe

Nach den Siegeszügen bei den großen namhaften regellosen Wettkämpfen (UFC, Vale Tudo, etc.) und der kommerziellen Verbreitung des Kampfstils, sind die sportlichen Wettkämpfe ohne Schlag und Tritttechniken nun sehr beliebt.

Kurze Erläuterung zum Regelwerk heutiger Jiu-Jitsu-Wettkämpfe

Auch wenn der Kampf im Stand beginnt spielt sich das meiste im Bodenkampf ab. Es werden auch Punkte verteilt, aber der Kampf wird nicht unterbrochen. Die Kampfdauer beträgt zwischen 5 und 10 Minuten. Ein vorzeitiger Sieg ist nur durch die Aufgabe des Gegners möglich. Die Klassen werden nach Gewicht und häufig auch nach Niveau eingeteilt. Folgende Techniken sind erlaubt: Würfe, Arm und Handgelenkhebel, Würgetechniken, Bein- und Fußhebel und als Übergang Haltetechniken. In man-

chen Wettkämpfen sind auch Genickhebel erlaubt.

QUELLE:
[HTTP://WWW.SCHADEK.NET](http://www.schadek.net)
[HTTP://WWW.BJJB.DE](http://www.bjjb.de)

BJJ / Ne-Waza im DJJV

Aufgrund der aktuellen Entscheidung der General Assembly der JJIF, die im November 2010 beschlossen hat im Bodenkampf aktiv zu sein und das BJJ bzw. Ne-Waza als eigenes Wettkampfsystem zu etablieren, versucht der DJJV sich mit dieser Entscheidung zu arrangieren und das Beste für unsere Sportler und den Verband herauszuziehen.

Insbesondere Frankreich und Österreich haben sich für das neue Wettkampfsystem stark gemacht. Österreich hat sogar schon erfolgreich Staatsmeisterschaften im BJJ durchgeführt.

Bei der WM 2011 und den World Games 2013 in Cali werden zwei Klassen in Ne Waza gekämpft (Männer - 85 kg und Frauen bis 70 kg). Um nicht hinter den anderen Nationen hinterher zu hängen und unsere Position unter den führenden Nationen im internationalen Wettkampfsport weiter zu behaupten, müssen auch wir uns mit dem neuen System mehr und mehr vertraut machen und Erfahrungen sammeln. So geschehen schon Anfang

des Jahres auf dem traditionellen Submissao in Karlsruhe. Am 16. Juli findet ein weiteres Bodenkampfturnier in Bad Blankenburg statt.

Das Brazilian Jiu-Jitsu hat in den letzten Jahren viele Anhänger dazugewonnen und eine große Wahrnehmung in der (Kampfkunst-) Öffentlichkeit. Doch sind die wenigsten BJJ Gruppen in Verbänden und Vereinen organisiert. Zwar sind unter den Sportlern die Turniere sehr beliebt, doch anders als zu unseren Fighting- und Duo-Wettkämpfen sind die Ne-Waza Wettkämpfe für Zuschauer nur interessant, wenn sie Insider sind.

Die Wettkämpfe im Bodenkampf sind relativ einfach organisiert und benötigen wenig Organisationsaufwand. Ein Kampfrichter und eine Tischbesetzung pro Matte reichen aus. So möchte natürlich auch der DJJV nach dem allgemeinen Regelwerk Turniere ausrichten aber nur minimale Strukturen im Leistungssport aufbauen. Der Blick muss darauf gerichtet werden, wie sich das Thema international weiterentwickelt. Da viele Migranten BJJ betreiben, sieht der DJJV natürlich auch seine Aufgabe in der Integration und der Förderung des Sports.

TRAINER AUF DEM BUSEM: CHRISTOPH SCHADEK – BJJ

Christoph wurde 1974 geboren und lebt zurzeit in Karlsruhe. Er ist Braungurt im Brazilian Jiu Jitsu (F. Gurgel/Alliance Jiu Jitsu) und leitet im PSV Karlsruhe das BJJ Training. Christoph hat eine Menge Trainingsjahre auf dem Buckel und seit 2002 einiges an Wettkampferfolgen vorzuweisen. Beim PSV Karlsruhe trainieren zusammen ambitionierte Freizeitsportler und Wettkämpfer.

Er wird auf dem Bundesseminar hauptsächlich die Grundlagen und Details unterrichten, die man für den Bodenkampf benötigt und somit den Besuchern seiner Einheiten die notwendige Basis für das Kämpfen im Training und den Wettkämpfen vermitteln. Wir freuen uns auf einen ambitionierten und begeisterten Kampfsportler.

