

# Bewegungsvorstellung – Judo und Ju-Jitsu: Der Besen

Wir kennen fegen, sicheln und einhängen. Die Fegebewegung wird in dieser Übung somit sauber ausgeführt.

Zum Ausführen verschiedener Fussfegetechniken braucht Tori (Ausführende) den rechten, bzw. den linken Fuss wie einen Besen. Bei De Ashi Barai wird der vortretende Fuss von Uke (Partner, an dem die Technik ausgeführt wird) wie mit einem Besen weggefegt. Bei Okuri Ashi Barai werden beide Füsse weggefegt.



## Metaphern im Judo und Ju-Jitsu

Im Judo und im Ju-Jitsu ist ein Lehren und Lernen ohne Bilder undenkbar. Diese Vermittlungsart gehört in den fernöstlichen Kampfsportarten zur Kultur (China, Japan, Korea im Besonderen). Die Schrift ist in Form von Bildern entstanden und wird heute noch so verwendet. Die bildliche Kommunikation hat sich auch mündlich durchgesetzt. Der Inhalt, die Haltung und die Techniken werden sehr oft mit Metaphern erklärt.



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**