

Haupt- und Gegenseite

Jeder Zweikampfsportler, somit auch der Judoka, bevorzugt im Laufe seiner technisch-taktischen Entwicklung eine Auslage. Diese bevorzugte Auslage bezeichnen wir als Hauptseite. Somit ist die andere Auslage zur systematischen Einordnung eines Kämpferprofils automatisch die Gegenseite. Dies wird ausschließlich durch die Stellung der Beine und des Körpers bestimmt. Der Griff hat nur eine nebensächliche Hilfsfunktion und wird nicht durch die Auslage bestimmt, sondern durch das taktische Handlungsprofil. Wenn ein Kämpfer, was selten vorkommt, keine Auslage bevorzugt, sprechen wir von technisch-taktischen Lösungen zu der einen und zu der anderen Seite, evtl. auch von rechts und links.

Ralf Lippmann, Vorsitzender der AG-Graduierung im Deutschen Judo-Bund e.V.