

Jiyu-Kumite (freier Kampf)

Der freie Kampf ist zweifelsohne die populärste und aufregenste Form des Karate. Er findet als Zweikampf statt, der in alter Zeit oft in tödlicher Niederlage endete - in Hongkong wurden derartige Kämpfe erst im vorigen Jahrhundert offiziell verboten.

組手

Die Japaner haben nicht nur die Techniken ausgebaut und verfeinert, sie schufen auch die Voraussetzungen, daß aus dem ursprünglichen potentiell tödlichen Nahkampf ein Sport wurde. Feste Kampfregeln und strikte Disziplin der Kämpfer machen faire Wettkämpfe möglich. Im Jiyu-Kumite kann der Karateka alles anwenden und zeigen, was er gelernt hat. Die Bedingungen sind äußerst realistisch, und man kann von einer höchsten ASteigerung sämtlicher Aspekte des Karate sprechen. Turniere werden durch einen Kampfrichter kontrolliert, der sich frei auf der Kampffläche bewegt. Zur Unterstützung bedient er sich weiterer 4 Seitenrichter, die sich in jeder der 4 Ecken des Kampfquadrates aufhalten. Wettkämpfe gehen gewöhnlich über 2 bis 3 Minuten, abzüglich der Zeit für Unterbrechungen.

Vor einem Kampf verbeugen sich die Kämpfer im Stand, dann gibt der Kampfrichter das Zeichen zum Start ("Hajime"). In mancher Beziehung gleicht das Kumite dem Boxkampf, wobei jedoch die Angriffe vor dem Aufprall gestoppt werden. Da keine Handschuhe angelegt werden, und da man sämtliche Gliedmaße in Angriff und Anwehr benutzt, ist diese Maßnahme verständlich. Ein Beweis guter Technik ist in der Tat die Fähigkeit, im Ziel abzustoppen. Den Gegner hart zu treffen würde zur Disqualifizierung führen.

Die Kampfpraxis zeigt einen freien Austausch von Angriffen, Abwehren und Gegenangriffen, bis einer der Kämpfer einen vollen Treffer erzielen kann. Die Trefferregionen sind genau festgelegt. Wird ein Treffer in vorgeschriebener Haltung und richtiger Stellung, vorschriftsmäßiger Distanz und mit vollem Kampfgeist erzielt, so wird ein Punkt verliehen (ippon), und der Kampf ist beendet. Fehlt dem Treffer eines der wesentlichen Momente, so wird oft ein halber Punkt (Wazaari) gegeben, falls die tatsächliche Wirksamkeit außer Frage steht. Der Kampf wird dann fortgesetzt, bis die Zeit abgelaufen ist oder einer der beiden Kämpfer durch einen zweiten halben Punkt einen vollen Punkt erreicht hat.

Kriterien zur Ippon-Wertung:

Die Zielregionen für eine wertbare Technik sind begrenzt auf Kopf (einschließlich Nacken), seitlicher Hals, die Brust (vorn und seitlich, einschließlich Solarplexus, Rippen, Magen) und den Rücken (Rückgrat und Nieren).

Die Bedingungen für Ippon sind u.a.:

saubere Technik, gute Haltung, starkes Kime, gutes Timing und korrekte Distanz.

Werden die Bedingungen für Ippon nicht erfüllt, besteht die Möglichkeit, den Angriff mit einem halben Punkt (Waza-ari) zu werten. Erzielt ein Kämpfer in einem Kampf zwei Waza-ari, so werden sie als (Awasete-)Ippon gewertet und der Kampf ist ebenfalls beendet.

Bei Mannschaftskämpfen besteht jede Mannschaft aus 5 Teilnehmern. Gewinner ist die Mannschaft mit den meisten Punkten.