

Das weltweit erste

Multimediale Judolexikon

ist als gedrucktes Buch, Apple iBook und demnächst auch als epub2 (für andere E-Bookreader) erhältlich



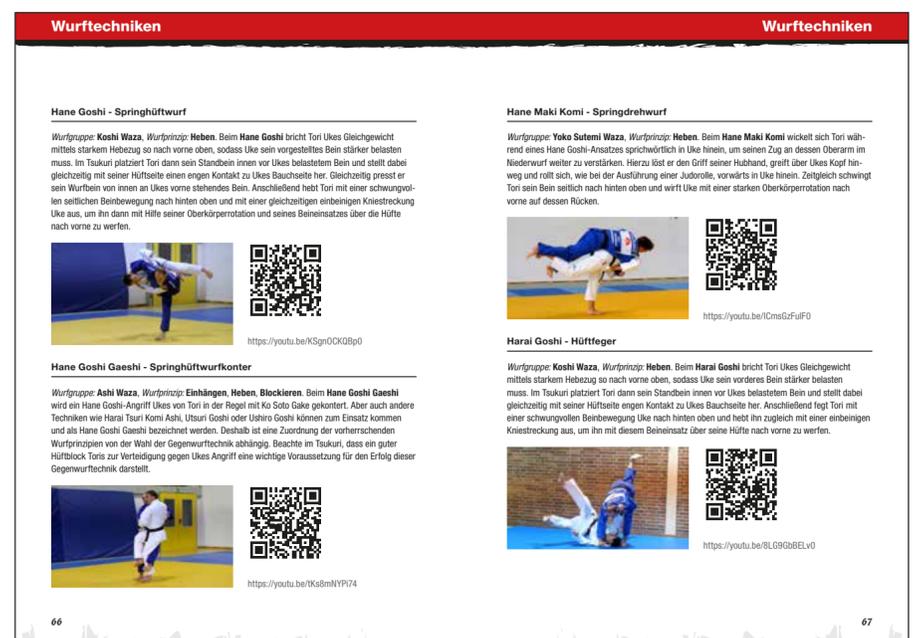
Im ersten Band des Multimedialen Judolexikons erfahren Sie alles Wichtige zu den Grundlagen des Judo und der Ausführung der Wurftechniken. Die umfangreiche Sammlung der Techniken wird in über 140 Filmen veranschaulicht und stellt ein unabkömmliches Nachschlagewerk für jeden Judoka und die Gürtelprüfung dar.

Alle japanischen Begriffe wurden in Zusammenarbeit mit muttersprachlich kompetenten Judoka übersetzt und auch die korrekte japanische Aussprache wird bei jeder Technik wiedergegeben.

Da die Bewegungsabfolgen im Judo nur sehr schwer anschaulich zu beschreiben sind, ist für viele Judoka das visuelle Lernen wesentlich einfacher. Deshalb gibt es zu jeder Technik im Buch nicht nur ein exemplarisches Foto und eine kurze Beschreibung der Technik sondern zusätzlich auch noch einen QR-Code mit dem Link zum entsprechenden Lehrfilm.

Preis des Buches: 29,95 Euro

ISBN 978-3-944475-12-7



Blick ins Buch

Bestellung und weitere Informationen:

www.multimediales-judolexikon.de

sowie bei DAX-SPORTS-Nürnberg und Melex-Sport-Heilbronn

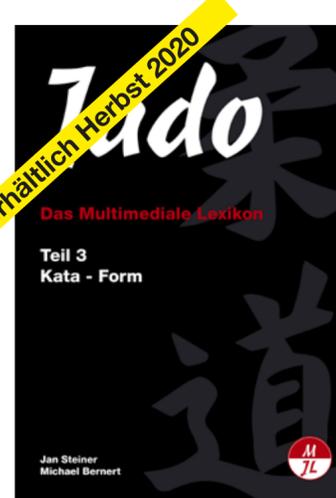


Katame Waza

Band 2 des Multimedialen Judolexikons beschreibt die Grifftechniken und Grundlagen des Bodenkampfes.

Aus dem Inhalt:

- Systematik der Grifftechniken
- Beschreibung der Griffgruppen
- Positionen, Prinzipien und Verhaltensweisen
- Übergang vom Stand- zum Bodenkampf
- Allgemeine und spezielle Übungsformen
- Techniken von A-Z
- Über 160 Filme als QR-Code im Buch enthalten



Kata

Band 3 des Multimedialen Judolexikons gibt einen umfassenden Überblick über den Bereich Kata.

Aus dem Inhalt:

Die Kodokan Kata werden von den erfolgreichsten deutschen Kata-Teams demonstriert und im Detail beschrieben:

- Itsutsu no Kata
 - Ju no Kata
 - Katame no Kata
 - Kime no Kata
 - Kodokan Goshinjutsu no Kata
 - Koshiki no Kata
 - Nage no Kata
- sowie Beschreibungen weiterer nicht offizieller Kodokan Kata