

柔道

Judo



Judowert Ehrlichkeit



Tatami – Matte



O-Goshi (Hüftwurf)



O-Soto-Otoshi



Mune-Gatame



Jigoro Kano



Judowert Höflichkeit



Judowert Mut



Judowert Wertschätzung



Judowert Freundschaft