

Die 68 Wurftechniken des Kodokan

Der Standard-Lehrplan der Judowurftechniken (Gokyo no waza) stammt aus dem Jahre 1895.

Von 1920 bis 1982 besteht die Kodokan Gokyo no waza als Zusammenstellung von 40 Würfen in 5 Gruppen.

Die offiziellen Kodokan-Judowürfe wurden zum 100. Jahrestag (1982) des Kodokan um eine Gruppe von 8 traditionellen Würfen erweitert, welche 1920 herausgenommen wurden. Außerdem wurden weitere 17 neue Techniken als offizielle Kodokan-Judowürfe anerkannt (Shinmeisho no waza).

1997 erweiterte der Kodokan die Shinmeisho no waza nochmals um 2 Würfe.

2017 wurde Daki-age aus dem Kodokan-Programm gestrichen und zwei Techniken hinzugefügt.

Gokyo no waza (1. bis 5. Gruppe):

Dai-ikkyo 1. Gruppe	Dai-nikyo 2. Gruppe	Dai-sankyo 3. Gruppe	Dai-yonkyo 4. Gruppe	Dai-gokyo 5. Gruppe
De-ashi-barai	Ko-soto-gari	Ko-soto-gake	Sumi-gaeshi	O-soto-guruma
Hiza-guruma	Ko-uchi-gari	Tsuri-goshi	Tani-otoshi	Uki-waza
Sasae-tsuri-komi-ashi	Koshi-guruma	Yoko-otoshi	Hane-makikomi	Yoko-wakare
Uki-goshi	Tsuri-komi-goshi	Ashi-guruma	Sukui-nage	Yoko-guruma
O-soto-gari	Okuri-ashi-barai	Hane-goshi	Utsuri-goshi	Ushiro-goshi
O-goshi	Tai-otoshi	Harai-tsuri-komi-ashi	O-guruma	Ura-nage
O-uchi-gari	Harai-goshi	Tomoe-nage	Soto-makikomi	Sumi-otoshi
Seoi-nage	Uchi-mata	Kata-guruma	Uki-otoshi	Yoko-gake

Rokukyo / Habukareta waza (6. Gruppe) seit 1982:

1. Obi-otoshi
2. Seoi-otoshi
3. Yama-arashi
4. O-soto-otoshi
5. Daki-wakare
6. Hikkomi-gaeshi
7. Tawara-gaeshi
8. Uchi-makikomi

Shinmeisho no waza (Erweiterung 1982 bzw. 1997 und 2017):

1. Morote-gari
2. Kuchiki-taoshi
3. Kibisu-gaeshi
4. Uchi-mata-sukashi
5. Tsubame-gaeshi
6. Ko-uchi-ageshi
7. O-uchi-gaeshi
8. O-soto-gaeshi
9. Harai-goshi-gaeshi
10. Uchi-mata-gaeshi
11. Hane-goshi-gaeshi
12. Kani-basami
13. O-soto-makikomi
14. Kawazu-gake
15. Harai-makikomi
16. Uchi-mata-makikomi
17. Sode-tsuru-komi-goshi
18. Ippon-seoi-nage
19. Obi-tori-gaeshi (2017 hinzu)
20. Ko-uchi-makikomi (2017 hinzu)