



Der Keikogi

稽古着

Stellt man sowohl einem Japaner als auch anderen Personen, die sich nur wenig mit Japan auskennen, die Frage „Was steht traditionell für Japan?“, so ist die häufigste Antwort neben Sushi, wahrscheinlich der Kimono. Das sind mit fließenden Blumenmustern verzierte T-Shirt artige Gewänder. Auch heute ist dies noch ein traditionelles Wahrzeichen für Japan. Da stellt sich mir die Frage, wann diese eigentlich entstanden sind und ob sie heute noch tatsächlich getragen werden.

Erstellt von Lisa Gröger
Zum 1. KYU JiuJitsu
(Oktober 2016)

Einleitung

In dieser Ausarbeitung schreibe ich über den Keikogi. Im ersten Teil werde ich ein paar allgemeine Dinge über den Trainingsanzug nennen. Als zweiten Teil werde ich die vielen kleinen Unterschiede des Keikogis in den Verschiedenen Sportarten aufzählen und darauf folgt dann zum Schluss die beste Möglichkeit den Anzug platzsparend zusammenzulegen.

Allgemeines

Der japanische Ausdruck für den Trainingsanzug ist Keikogi. International hingegen trifft man häufiger die Bezeichnung an, welche sich leicht aus der praktizierenden Kampfkunst und der Silbe –gi zusammensetzen lässt. Als Beispiel Judogi oder Aikidogi. Auch die häufig verwendete Kurzform Gi ist weit verbreitet, welche jedoch in Japan nicht unbedingt verstanden wird.

Klassisch Besteht der Gi aus einem offen geschnittenen Oberteil (Uwagi), einer Hose (Zubon) und einem Gürtel (Obi). Jedoch muss man auf ein paar regeln beim Anziehen des Uwagis achten. Bevor dieser mit einem Obi oder mit Hilfe von angenähten Schnüren befestigt wird, muss das linke Revers über das rechte geschlagen werden, egal ob Mann oder Frau. Es gibt jedoch eine Ausnahme bei der sich das Verfahren genau umdreht. Dieses wird nach japanischer Tradition bei der Aufbahrung von Toten verwendet. Die Schwere des Stoffes, der Schnitt und die Farbe können sich je nach Disziplin verändern, da sie sich den Anforderungen anpassen müssen. Die Traditionelle Farbe ist weiß, weitere gängige Farben sind auch blau und schwarz. Außerdem ist der Stoff reißfest. Dieser besteht in der Regel aus reinem Baumwollgewebe wobei es auch Anzüge mit Anteilen von Synthetik Gewebe gibt.

Keikogi in verschiedenen Kampfkünsten

Da man im **Judo** bei fast allen Techniken das gesamte Körpergewicht des Trägers aushalten muss besteht der Gi aus einem meist grob gewebten griffigen und reißfesten Material. Die klassische Farbe ist weiß, jedoch wird auch von blau gebrauch z. B. bei Wettkämpfen gemacht. Geschnürt wie es bei dem Karategi gebräuchlich ist, wird die Anzugjacke nicht, da dies leicht ausreißen würde. An der Hose ist die Besonderheit die, dass an den Knien meistens Stoffschichten zusätzlich eingenäht sind, da die Abnutzung im Bodenkampf stärker ist. Am Gürtel kann man die Graduierung erkennen und bei Wettkämpfen wird der Stoff so bearbeitet dass dieser steif wird und der Gegner gezwungen ist seine Griffe am Revers oder den Ärmeln zu praktizieren.

Der Gi im **Aikido** hat große Ähnlichkeit mit dem Judogi, da die einheitlichen Aikidogi erst durch einzelne Hersteller in Japan entwickelt wurden. Das im Aikido auch noch oft Judogi getragen werden liegt daran, dass es davon ein größeres Angebot auf dem Kampfsportartikelmarkt gibt. Auch der Stoff des Oberteils ist ähnlich grob gewebt und reißfest, hat jedoch eine geringere Stoffstärke und weist mehr Tragekomfort auf. Da es keine Wettkampfvorgaben gibt und beim Waffentraining lange Ärmel stören könnten,

sind diese hier etwas kürzer. Die Hosen sind dünner als im Judo, jedoch genauso an den Knien verstärkt, da auch viele Bewegungen im Knien durchgeführt werden. Üblicherweise wird der Hosenbund und speziell bei original japanischer Herstellung von Jacken für Frauen seitlich, geschnürt. Wie beim Judogi ist die klassische Farbe Weiß.

Der **Karategi** hat seinen gemeinsamen Ursprung wie der Judogi in der japanischen Unterbekleidung. Erst später wurden einheitliche Karateanzüge und Gürtelfarben eingeführt, da Karate vorher in robuster Alltagskleidung praktiziert wurde. Normalerweise ist der Gi weiter geschnitten als der im Judo und besteht aus weniger starkem Stoff. Ein Karategi hat üblicherweise einen Schnürbund und nur selten einen Elastikbund und die Anzugjacke wird seitlich geschnürt. Auch wie bei den anderen Gi ist die Traditionelle Farbe Weiß, jedoch werden in manchen Verbänden schwarze Anzüge getragen. Auch Kombinationen wie eine weiße Hose und eine schwarze Jacke, auch wenn nur selten, kommen vor. Üblich wie bei den anderen Kategorien wird auch bei diesem Gi nur Unterwäsche darunter getragen.

Da Lange Ärmel am Gi den Übenden im Umgang mit Waffen behindern könnte, kommen im **Kendo** besonders kurze Ärmel zum Einsatz. Da man für gewöhnlich unter dem Hakama keine Hose trägt ist der untere Rand des Oberteils weit bis auf die Oberschenkel heruntergezogen und die Jacke bindet man mit zwei Schleifen auf der Brust. Die häufigste Farbe ist Indigoblau und die Baumwolle wird bereits vor dem Weben eingefärbt, da man vermeidet, dass die Textilfarbe auf die Haut abfärbt. Um die Polterwirkung bei fehlgegangenen Treffern zu verbessern ist das Material versteppt und oft mehrlagig und mit innen Futter versehen. Zusätzliche Verstärkung gibt es bei hochwertigen Modellen im Schulter- und Nackenbereich, da dort die Bindung des Do anliegt.

Komplett anders als bei den anderen Gis besteht die Jacke eines **Brazilian Jiu-Jitsu Gi** aus sehr strapazierfähigem Material, da dieser oftmals das gesamte Körpergewicht des Trägers aushalten muss. Es wird darauf gesetzt verschiedene Gewebearten zu verwenden und darauf zu achten, dass der Gi möglichst eng am Körper liegt um dem Kontrahenten so wenig wie möglich Griffmöglichkeiten zu bieten. Äußerliche Besonderheiten weist der Gi insofern auf, dass sich auf der Jacke und Hose aufwändige Stickereien und Aufnäher, auch Patches genannt, befinden. Diese stellen den Namen des Teams, Vereins oder Herstellers dar.

Nachdem ich gerade die Keikogis der Unterschiedlichen Sportarten erläutert habe will ich nun die Schritte des traditionellen Zusammenlegens aufzählen.

Als 1. Schritt Breitet man die Jacke flach auseinander. Der 2. Schritt beschreibt, dass die Hose in der Mitte gefaltet werden muss und man diese anschließend auf die Jacke legt. Dabei muss der Bund der Hose auf dem Kragen der Jacke liegen. Im 3. Schritt schlägt man die überragenden Teile der Hosenbeine an der Unterkante der Jacke nach oben. Schritt 4 beschreibt, dass die Jacke bündig mit der linken Kante der Hose nach rechts umgelegt werden muss. Beim 5. Schritt wird der überragende Jackenärmel zurück nach links gefaltet. Der 6. Schritt wiederholt den Schritt 4, nur mit der anderen Jackenhälfte. Daraufhin wird im 7. Schritt wieder der überragende Ärmel zurückgefaltet. Der 8. Teil umschreibt, wie der obere Teil etwas unterhalb der waagrechten Hälfte der

Ärmel nach unten geklappt werden muss und danach nochmal knapp unterhalb der Gürtellinie. Dann wird der untere Teil nach oben gefaltet. Im 9. Schritt geht es darum den Gürtel dreimal in der Mitte zu falten und in die verbleibende Vertiefung zu legen. Schritt 10. ist dann nur noch einmal waagrecht und hälftig falten.

Nach so einem komplizierten Verfahren stellt sich mir schon die Frage „Warum das Ganze?“. Nun ja die Antwort ist ganz leicht, wenn man die Jacke wie übliche Wäschestücke faltet ergibt dies ein Paket, welches in Sporttaschen herkömmlicher Größe nur schwer untergebracht werden kann.

Quellen:

<https://sumikai.com/japan/japanische-kleidung-kimono-148181/>

<http://www.aikido-mainz.de/bekleidung.html>