



JOGA: 1. padmasana (fotosov cvijet); 2. vježbanje joge

skog društva Makabi (Zagreb). Delegat Sisačkog mačevalačkog kluba u Zagrebačkom mačevalačkom podsavezu i Jugoslavenskom mačevalačkom savezu (1931-34); predsjednik AMK Mladost i Mačevalačkog odbora Hrvatske.



JO-JO



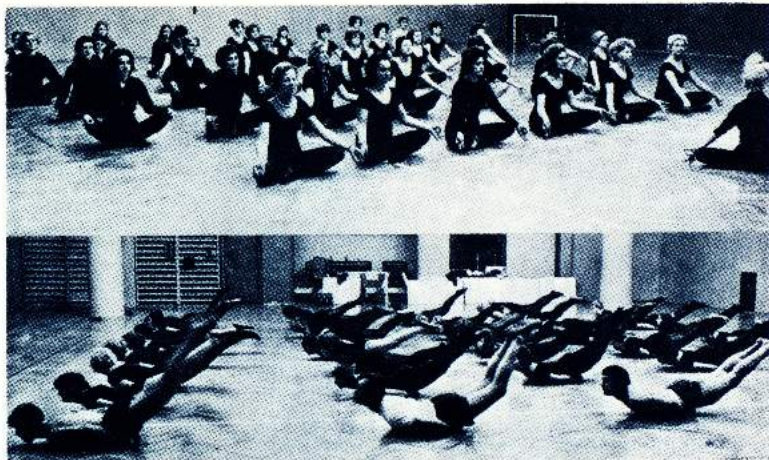
K. JOHANNESSEN



I. JOHANSSON

1

2



## jiu jitsu → džu džucu

**jive** (engl.), sportski ples: disciplina južnoamer. plesova u 4/4 taktu, porijeklom iz SAD; j. je izveden iz boogie-woogieja, za razliku od rock-and-rola ne sadrži figure bacanja partnera.

**jiyu kumite** (jap.; slobodno spariranje), karate: način vježbanja sličan natjecanju. Za razliku od dogovorenih kumite vježbi, u j.k. dva se natjecatelja bore bez dogovora, ali se pri uvježbavanju nekih tehn. i taktičkih varijanti mogu dogovoriti da jedan samo napada, a drugi se samo brani; da se napada samo nožnim tehnikama, a brani samo izmicanjem tijela i sl.

**jo-jo**, sprava (rekvizit) za dizanje utega namatanjem; naprava za jačanje mišića ruku; sastoji se od palice, užeta i utega. Na sredini palice je privezano užo, a na drugom kraju užeta je obješen uteg različite težine. Palica se drži šakama u predručenju. Uteg se diže i spušta namatanjem, odn. odmatanjem užeta.

**jo jutsu** (jap.), borička vještina kratkim štapom, nastala prilagođavanjem tehnike bo jutsua, a vježba se u Japanu kao dio vještine rukovanja štapom, kopljem ili mačem. Tehnika j.j. vrlo je slična tehnici kenda.

**Jockey Club**, organizacija vlasnika trkačkih štala u Engleskoj, osn. 1750 u Newmarketu; rukovodeći organ za galopske utrke. Iste zadatke imaju takvi klubovi osn. u Francuskoj (1833), Poljskoj (1841), a kasnije i u drugim zemljama.

**Jocović**, Milija (1937), profesor tjel. odgoja u Beogradu, atletski reprezentativac sa 40 nastupa i jugosl. rekorder u bacanju kugle; trener i potpredsjednik AK Crvena zvezda (Beograd). Član Komisije SOFK Srbije za vrhunski sport i olim. pripreme; savezni trener atletskih bacačkih disciplina. Dobitnik Majske nagrade SOFK Srbije (1982).

**jodan** (jap.; visoki stupanj), karate: udarci kojima se napada glava i vrat, odn. blokade koje štite glavu i vrat od napada protivnika.

**Joerns**, Carl (1875-1969), njem. reprezentativac u automobilizmu i biciklizmu; od 1893 do 1903 pobijedio na 350 biciklističkih natjecanja. S automobilima Opel osvojio 288 prvih mjesta u brdskim utrckama i testovima pouzdanosti.

**jog**, igralište, prostor, staza za bočanje, šir. 3-4 m, duž. 24,5-27,5 m. Razmak između osnovnih crta iznosi 12,5 m. Prostor za prvo smještanje balina dug je 5 m, s pomicanjem 7 m. Od zadnje linije igranja do zadnje linije joga postoji tzv. mrtvi prostor od 0,5 m. Igra

se odvija na duljini od 12,5 do 19,5 m. Za natjecanje j. mora biti pripremljen, poravnat, s jasno povučenim crtama i posut pijeskom pravilne granulacije. Propisana duž. j. u Jugoslaviji iznosi 27,5 m; prostor za igru iznosi 26,5 m. Duž. dječjih j. je od 11,5 do 22,5 m.

**joga** (sanskritski yoga; jedinstvo, sjedinjenje; u prenesenom smislu: jedinstvo misli i akcije u savršenoj harmoniji), jedan od šest filoz. sistema stare Indije. Ima 17 grana od kojih su na Zapadu najpoznatije Karma, Jnana-, Bhakti-, i Hatha-yoga. U religijama Indije joga je učenje staro više od 2000 godina; bavi se stvaranjem i održavanjem individualne snage duha pomoću tjel. vježbi. U Evropi i Americi joga-vježbe su izgubile izvorni religiozni i filozofski karakter i koriste se kao djelotvorne gimnastičke vježbe i vježbe disanja, opuštanja i koncentracije. Najpoznatije su vježbe sjedenja (lotus), istezanja i stajanja na glavi.

**Joga društvo**, prvo jugosl. udruženje, osn. 1973 u Beogradu, u sastavu Saveza organizacija za fizičku kulturu. U općinskim sp. centrima Beograda J.d. ima svoje sekcije koje se bave teoretskim upoznavanjem joge i praktičnom primjenom vježbi.

**jogai** (jap.; vani), džudo, karate: prekršaj pravila natjecanja; napuštanje borilišta. Za izlaženje s obilježnog dijela borilišta natjecatelj se kažnjava opomenom ili kaznom.

**jogging** (engl.; od to jog — kaskati), naziv za lagano rekreacijsko trčanje na dulje staze; vrlo popularan i masovan oblik rekreacije, najčešće se izvodi na stazama u prirodi (parkovi, šume i sl.).

**jogunstvo**, konjički sport: neposlušnost konja pri preskakanju prepona (zaustavljanje u parkuru, okretanje, propinjanje i sl.). Ako j. traje više od 60 sek, natjecatelj se isključuje iz natjecanja.

**Johannesen**, Knut (1933), norv. reprezentativac u brzinskom klizanju; prvi na Ol 1960 na 10000 m i 1964 na 5000 m; prvi na PS 1957 i 1964, te na PE 1959 i 1960; postigao 4 SR.

**Johanneshov**, sp. dvorana za hokej na ledu i umjetničko klizanje; izgrađena 1961 u Stockholmu; može primiti 15 000 gledalaca.

**Johansson**, Ingemar (1932), šved. profesionalni boksač; prvak svijeta u teškoj kategoriji od 26. VI 1959 (Floyd Patterson) do 20. VI 1960 (Floyd Patterson).

**Johansson**, Kjell (1946), šved. stolnoteniski reprezentativac i trener; pobjednik u pojedinačnoj konkurenciji na PE 1964 i 1966; na PS osvojio 10 medalja (4 zlatne, 1 srebrnu i 5