

Ude-hishigi-hiza-gatame (腕挫膝固)

Kodokan Definition: *A technique to stretch and lock the opponent's elbow joint with the left knee by holding his right arm under the left armpit from the front.*

(Eine Technik, den gegnerischen Ellbogen mit dem linken Knie zu strecken und zu hebeln, während sein rechter Arm von vorne unter der linken Achsel eingeklemmt wird.)

Erläuterung und Anwendungsformen

Bei Ude-hishigi-hiza-gatame gibt es zwei Möglichkeiten, wie Tori ein Knie zum Hebeln einsetzen kann.

- **Tori drückt mit dem Knie auf Ukes Ellenbogen**
- **Tori klemmt Ukes Unterarm in die Kniekehle ein** (siehe Anmerkung unten).



*Variante aus Katame-no-Kata
(Knie drückt dabei über Toris Hand
auf Ukes Ellenbogen)*



*Variante mit alternativer
Kontrolle von Ukes Arm*



*Einklemmen von Ukes Hand
in Toris Kniekehle
(siehe Anmerkung unten)*



Variante aus Kime-no-Kata



*Zwei Varianten des **Hebels des gebeugten Arms** mit dem Knie*



Anmerkungen:

Ein einfaches Niederdrücken von Ukes Arm aus einer Kesa-gatame-Position mit der Hand über das Knie (ohne Bild) ist ebenfalls eine Variante von Ude-hishigi-hiza-gatame.

Das Einklemmen in der Kniekehle wurde analog mit dem Einklemmen in der Achselhöhle bei Ude-hishigi-waki-gatame verstanden und dann definiert. Je nachdem, wie Uke seinen angegriffenen Arm dreht, erfolgt die Kontrolle des Ellbogens entweder mit der Leiste oder aber mit dem linken Knie. Es bleibt von daher eine Restunsicherheit, ob sich die Zuordnung der gezeigten Varianten aus der Ellbogen- oder aus der Unterarmkontrolle ergibt.

Ude-hishigi-hiza-gatame ist in der Katame-no-kata als vierte Hebeltechnik enthalten, weswegen die Bezeichnung vieler Varianten schon sehr lange gebräuchlich sind. Von daher gibt es eine Abgrenzungsproblematik zur erst später festgelegten Bezeichnung Ude-hishigi-ashi-gatame, da zu entscheiden war, welche Varianten künftig den Ude-hishigi-ashi-gatame zugerechnet werden sollten. Letztere findet jedoch nur Anwendung, wenn Uke „face-down“ liegt.