

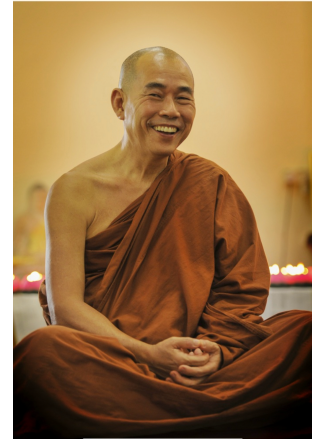
Kesa-gatame (袈裟固)

Kodokan Definition: „A technique to hold down the opponent's upper body under the right side of the chest region by holding his right arm in the left arm from the right side of the opponent lying on his back and gripping the back of his collar with the right hand.“

(Eine Technik, den Oberkörper des auf dem Rücken liegenden Geg+65ners unter der rechten Seite der (eigenen) Brustkorbregion am Boden zu halten, indem dessen rechter Arm mit dem (eigenen) linken Arm von dessen rechter Seite her gehalten wird und die eigene rechte Hand den rückseitigen Kragen des Gegners greift.)

Erläuterung und Anwendungsformen

Kesa ist die Bezeichnung für ein Kleidungsstück buddhistischer Mönche, das über einer Schulter getragen wird, wobei die andere Schulter frei bleibt (siehe Bild rechts). Eine andere Bezeichnung hierfür ist *kasaya*, oder auf deutsch Schärpe. Mit dieser Bezeichnung wird eine diagonal verlaufende Kontrolle von einer Schulter zu den Rippen der anderen Körperhälfte ausgedrückt. In der Vergangenheit wurde diese grundlegende Form auch offiziell vom Kodokan als Hon-kesa-gatame bezeichnet (von *hon* = grundlegend).



Grundlegende Form (*kihon-kata*) des Kesa-gatame (Hon-kesa-gatame)



Variation der Kopf-/Armkontrolle, die früher umgangssprachlich Makura-kesa-gatame genannt wurde (*makura* = Kissen)



Alternative Kontrolle von Ukes Schulter



links: Kesa-gatame mit Beinwechsel. Namensgebend und charakteristisch für Kesa-gatame ist nicht die Beinposition, sondern die Form der Kontrolle des Oberkörpers