

Nami-juji-jime (並十字絞)

Kodokan Definition: *“A technique to choke the opponent’s neck region by crossing the wrists on the opponent’s face and gripping his side-collars with both thumbs inside and pushing both hands.”*

(Eine Würgetechnik, bei der die Handgelenke gekreuzt sind, die Kragenseiten mit beiden Daumen innen gegriffen werden und mit beiden Händen gedrückt wird.)

Erläuterung und Anwendungsformen



Hände über Kreuz, beide Daumen innen, Finger außen

Bei Nami-jumi-jime wird mit den Kleinfingerseiten beider Hände gewürgt. Entsprechend wird Ukes Revers mit Daumen innen und Finger außen gegriffen.



würgen aus der Unterlage



würgen von hinten