

Tate-shiho-gatame (縦四方固)

Kodokan Definition: „A technique to hold down the opponent’s upper body under the chest and abdomen region by lying on the stomach over the opponent lying on his back, holding his right arm and neck with both hands and holding his lower body with both legs.“

(Eine Technik, den Oberkörper des auf dem Boden liegenden Gegners mit der (eigenen) Brust- und Bauchregion am Boden zu halten, indem man sich auf dessen Bauch legt und dessen rechten Arm und Nacken mit beiden Händen und dessen unteren Körper mit den Beinen hält.)

Erläuterung und Anwendungsformen

Tate bedeutet in etwa „senkrecht“ oder „vertikal“. Bei Tate-shiho-gatame sitzt Tori im Reitsitz auf Ukes Oberkörper und sein Kopf zeigt in dieselbe Richtung wie Ukes Kopf. Von Tate-shiho-gatame gibt es wie von allen anderen Haltetechniken zahlreiche Varianten – in einem Lehrbuch der Hauptautoren S. Kotani und Y. Osawa⁷ (beide später 10. Dan) taucht die Bezeichnung Kuzure-tate-shiho-gatame auf, die aber nicht „offiziell“ ist.



kihon kata: Schulterkontrolle wie bei Kata-gatame



Beide Arme umschlingen und nach oben schieben



Alternative Kontrolle von Ukes Kopf



Kontrolle des (fast) gestreckten Arm Ukes

⁷ Kotani/Osawa/Hirose: Ne-waza of Judo, Kobe 1973