

Ude-hishigi-te-gatame (腕挫手固)

Kodokan Definition: *A technique to stretch and lock the opponent's elbow joint by inserting the left arm from the right side of the opponent through his right armpit to grip his left front-lapel and grabbing his right wrist with the right hand or another technique to lock the opponent's elbow joint by grabbing his wrist with one of the hands or both and twisting his wrist behind his back.*

(Eine Technik, den gegnerischen Ellbogen zu strecken und zu hebeln, indem der (eigene) linke Arm von der gegnerischen rechten Seite her unter der Achsel (des Gegners) durchgeschoben wird, um dessen vorderen linken Kragen zu greifen und sein rechtes Handgelenk mit der (eigenen) rechten Hand zu fassen oder eine andere Technik den gegnerischen Ellbogen zu hebeln, indem sein Handgelenk mit einer oder mit beiden Händen gegriffen wird und sein Handgelenk hinter seinem Rücken verdreht wird.)

Erläuterung und Anwendungsformen

Ude-hishigi-te-gatame liegt immer dann vor, wenn **Tori Ukes Unterarm in der Nähe des Handgelenks kontrolliert und die Technik nicht eindeutig einer anderen Hebeltechnik zugeordnet werden kann**. Dies ist insbesondere dann der Fall, wenn Ukes Ellenbogen ebenfalls von einer Hand Toris kontrolliert wird. Zahlreiche Varianten von Te-gatame finden sich auch in der Kodokan Goshinjutsu.



Variante aus Ude-gaeshi



Variante gegen gebeugten Arm
(„Polizeigriff“)



den gebeugten Arm mit einer
Hand hebeln