
Guillotine

Guillotina je technika škrčení zepředu z džuda známá jako *mae-hadaka-žime*. Dá se použít jak ve stoje, avšak je zde riziko stálého útoku soupeře horními končetinami. Více se využívá s postupným přechodem do pozice na zádech, kdy je nutné soupeře kontrolovat překříženými nohama (*closed guard*). V gilotině se dá držet pouze hlava, nebo hlava s paží současně.

Chyby :

- Nedostatečné přitažení/sevření soupeřovi hlavy na svůj bok
- Nevytočení těla, tzn. nedostatečný tlak palcové kosti na tepnu soupeře
- Nedostatečně předsazené rameno, tzn. možnost vyklouznutí soupeřovy hlavy soupeře

© Radim Pavelka, Jaroslav Stich, 2014

© Univerzita Karlova v Praze, Fakulta tělesné výchovy a sportu

ISBN 978-80-87647-10-3