
Kansecu waza

- Ude hišigi žuži gatame
- Waki gatame
- Ude hišigi ude gatame
- Ude garami

Patří mezi techniky znehybnění (*katame waza*). Podle soutěžních pravidel je v judo dovolenou technikou pouze páčení loketního kloubu, i když v osnovách judo známe i techniky páčení kloubů na těle.

Dále dělíme na:

ude hišigi gatame – páčení napnuté paže

ude garami gatame – páčení ohnuté paže

© Radim Pavelka, Jaroslav Stich, 2014
© Univerzita Karlova v Praze, Fakulta tělesné výchovy a sportu
ISBN 978-80-87647-10-3