
Šime waza

- Hadaka žime
- Kata te žime
- Okuri eri žime

Patří do techniky znehybnění (*katame waza*). Jedná se o škrcení, kdy je možno získat rychlou kontrolu nad soupeřem. I přes nebezpečnou povahu těchto technik je velice snadné kontrolovat vlastní sílu používanou v nácviu jednotlivých technik.

Dále dělíme na:

šima ai – škrcení tváří v tvář

uširo žime – škrcení zezadu

hadaka žime – škrcení bez uchopení *judogi*

kesa žime – škrcení s uchopením *judogi*

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