
Kata te žime

Jedná se o techniku škrcení, kdy *tori* škrtí *ukeho* pomocí malíkové hrany ruky. Tuto techniku může použít například, když *uke* leží na zádech. *Tori* chytne pravou rukou soupeřovo pravý límec a loket pravé ruky dá přes jeho krk, aby na jeho hrtan, případně krkavici dosedla malíková hrana (viz. obrázek). Škrcení je velmi účinné pokud se provádí celou váhou těla, nejen pouze tlakem předloktí.



Chyby:

- malíková hrana je špatně přiložena na krkavici
- nedostatečná kontrola *ukeho* těla tělem *toriho*
- úchop pravé ruky za *ukeho* límec je moc nízký, zmenšuje se síla škrcení a škrtí se spíše loktem

© Radim Pavelka, Jaroslav Stich, 2014

© Univerzita Karlova v Praze, Fakulta tělesné výchovy a sportu

ISBN 978-80-87647-10-3