
Okuri eri žime

Je nejčastěji používaným, a také neúspěšnějším škrcením. Má řadu variant a lze je uplatnit v mnoha standardních situacích.

Jedná se o techniku škrcení, kdy *tori* stojí za *ukem* a škrtí jej pravou rukou pomocí *ukeho* límce. Pravou rukou drží levý límec kimona pod levým uchem soupeře, levou rukou drží pravý límec kimona na soupeřově hrudníku. Důrazným tahem obou paží od sobe, *tori* škrcení dokončí pomocí *ukeho* límce (viz. obrázek).



Chyby:

- nedostatečné zajištění pravé ruky směrem nahoru po límci
- při škrcení levá ruka netáhá límec dolů ale k sobě
- pravá ruka při škrcení provádí pohyb do strany a ne kolem krku dozadu

© Radim Pavelka, Jaroslav Stich, 2014

© Univerzita Karlova v Praze, Fakulta tělesné výchovy a sportu

ISBN 978-80-87647-10-3