
Přítrh

Oba zápasníci jsou v pravém střehu. Útočník uchopí soupeře levou rukou shora za pravé zápěstí, pravou rukou zdola za pravé záloktí a trhnutím vpravo dolů směrem k sobě otáčí soupeře pravým bokem k sobě. Za stálého tahu za soupeřovu pravou paži provádí na pravé noze obrat vpravo, uvolní soupeřovo zápěstí a levou nohou vykročí těsně za soupeřovo pravé chodidlo, špička směřuje dovnitř. Poté uchopí levou paži soupeře z boku za trup, pevně jej sevře, provede obrat vpravo a pravou nohu posune vzad na úroveň levé. Tím uvolní prostor pro další průběh strhu. Trhnutím za paži a trup dolů strhává soupeře a přechází za něho.

Klíčová místa:

- Pevné uchopení paže
- Silný trh
- Rychlé přesunutí za soupeře

Chyby:

- Pomalé provedení
- Žádný pohyb nohou za soupeře
- Nedostatečné vychýlení těžiště soupeře

© Radim Pavelka, Jaroslav Stich, 2014

© Univerzita Karlova v Praze, Fakulta tělesné výchovy a sportu

ISBN 978-80-87647-10-3