
Koršun

Koršun neboli přetočení podbřišním záběrem obouruč. Soupeř je v poloze vleže, útočník klečí za ním a zabírá soupeře v oblasti břicha. Silným odrazem vlevo útočník přechází do lehu na levém boku. V důsledku pevného záběru vychyluje soupeře z rovnovážné polohy a navaluje ho na sebe. Levou nohu, která do této doby spočívala na chodidle mezi nohama soupeře, přesouvá až k hýždím soupeře, takže je noha značně pokrčena. Potom mohutným nadražením břichem a prohnutým záklonem padá do mostu, prochází mostem a přetáčí soupeře přes sebe. Chvat zpravidla nekončí na lopatkách, ale útočník si po přetočení zachovává záběr a má tedy možnost chvat opakovat.

Klíčová místa:

- Pevný záběr
- Mohutný odraz odrazové nohy
- Vypíchnutí do mostu

Chyby:

- Nedostatečně pevný záběr (může dojít k protočení soupeře)
- Povolení záběru v dokončení
- Malý odraz odrazové nohy

© Radim Pavelka, Jaroslav Stich, 2014

© Univerzita Karlova v Praze, Fakulta tělesné výchovy a sportu

ISBN 978-80-87647-10-3