








Würgetechniken → Shime-Waza

Technik	Beschreibung
 <p data-bbox="422 488 550 524">Juji-Jime</p>	<p data-bbox="805 358 1332 470">Tori's Arme werden über Kreuz gehalten Gewürgt wird mit den Handkanten oder Handgelenken gegen Ukes Halsseite</p>
 <p data-bbox="399 734 574 768">Hadaka-Jime</p>	<p data-bbox="805 616 1348 683">Tori würgt nur mit seinem Unterarm oder Ärmel</p>
 <p data-bbox="391 963 582 990">Okuri-Eri-Jime</p>	<p data-bbox="805 862 1332 907">Tori würgt unter Hilfe von Ukes Kragen</p>
 <p data-bbox="422 1227 550 1256">Ashi-Jime</p>	<p data-bbox="805 1086 1396 1164">Würger die mit einem Bein/Fuß durchgeführt werden</p>
 <p data-bbox="391 1467 582 1500">Kata-Ha-Jime</p>	<p data-bbox="805 1310 1380 1456">Tori würgt unter Zuhilfenahme von Ukes Kragen. Ein Handrücken von Tori greift hinter Ukes Nacken. Ein Arm von Uke wird festgelegt</p>
 <p data-bbox="391 1668 582 1700">Kata-Te-Jime</p>	<p data-bbox="805 1579 1204 1624">Tori würgt nur mit einer Hand</p>
 <p data-bbox="406 1944 566 1975">Ryote-Jime</p>	<p data-bbox="805 1780 1380 1892">Tori's Arme/Hände sind parallel zueinander Gewürgt wird durch Zusammendrücken von Tori's Unterarmen oder Ukes Kragen</p>