

#### 44. Wurggreep achter: Schouderworp - atemi



De aanvaller probeert u te wurgen met de rechtermouw of de rechtermouw. Reageer zodra je de arm ziet of voelt, wacht niet tot de aanvaller de wurging kan aanzetten.

Grijp met de linkerhand de rechtermouw of de rechterarm van de aanvaller. Grijp met de rechterhand de mouw van de aanvaller boven de elleboog en trek de aanvaller naar voor.



Zak door de benen, trek de aanvaller verder naar voor terwijl het bovenlichaam naar voor wordt gebogen. Voer ippon-seoi-nage uit.

Werp de aanvaller op de grond. Laat u met de rechterknie in de vlottende ribben vallen en geef een vuiststoot op zijn hoofd.

#### **AANDACHTSPUNTEN :**

- Laat u niet verrassen en reageer onmiddellijk
- Grijp en zak onmiddellijk door de benen
- Voer de ippon-seoi-nage uit door de benen pas te strekken als het bovenlichaam naar voor wordt gebogen
- Controleer de aanvaller op de grond door de rechterknie in de vlottende ribben te plaatsen