

## Kuzure-kesa-gatame



Das sieht dann so aus:

Jetzt wisst ihr vielleicht auch schon, warum der Haltegriff so heißt, oder? Genau, Tori sitzt neben Uke und liegt mit seinem Oberkörper wie eine Schärpe schräg über Uke und hält ihn fest. Bei **kuzure**-kesa-gatame umschlingt Tori dabei mit seinem rechten Arm Ukes linken Arm (bei Kesa-gatame würde er um Ukes Kopf fassen; das ist aber gefährlich, deshalb machen wir das bei den Judobären noch nicht.). Ukes rechten Arm hat Tori dabei ganz eng unter seinem linken Arm festgeklemmt.



→ Der Kuzure-kesa-gatame ist eine Variante des Schärpen-Haltegriffs („Kesa-gatame“). Falls ihr nicht wisst, was eine Schärpe ist: das ist ein Stück Stoff, das man schräg über die Brust trägt. Das kann man z.B. bei der englischen Königin manchmal sehen:

- kuzure** = „Variation“
- kesa** = „Schärpe“
- gatame** = „kontrollieren/fixieren“