DEUTSCHER AIKIDO-BUND e.V.

Der Ude-kime-osae ist eine Hebeltechnik, die über den gestreckten Arm Ukes auf dessen Schulter, Ellbogengelenk und (fakultativ) Handgelenk einwirkt.

In der vorstellten Ausführung gegen den Fassangriff Katate-tori (gyaku-hanmi) erfolgt anfänglich das energische Ausweichen durch einen Tenkan-ashi nach außen. Hierbei wird die fassende Hand vor dem Zentrum geführt und eine seitliche Kippung Ukes über die Ecke zur Störung seines Gleichgewichts eingeleitet. Dies erlaubt es Nage, nachfolgend den fassenden Arm unter Kontrolle zu bringen und Ukes Griff zu lösen (Abb. 1 – 4).

Die weitere Führung hat anfangs Ähnlichkeit mit einem Ude-osae (tenkan). Dies liegt daran, dass Nage in eine Position schräg hinter Ukes Schulter kommen möchte und auf dem Weg dorthin den als Angriffswaffe gefährlichen Ellbogen sicher von sich fernhalten muss (Abb. 5 – 7).

In der Abwärtsphase erfolgt jedoch nun eine Streckung des Arms, welcher über seine gesamte Länge als Hebel benutzt wird. Besonders wichtig ist in dieser Phase, dass Nage seine Drehbewegung nicht abbricht; Uke darf keinen sicheren Stand mehr erreichen (Abb. 8 – 11).

Nage nimmt daraufhin die innere Hüfte zurück und überträgt diese Bewegung (vorsichtig) durch das gestreckte Ellbogengelenk auf Ukes Schulter und damit Zentrum. Hierbei macht Nages Becken eine schwingende Bewegung, die an eine liegende 8 erinnert und in genau dieser Weise auf Ukes Arm übergeht (Abb. 9 – 13).

Der Hebel am Ende (Abb. 14) kann zusätzlich dadurch verstärkt werden, dass Nage über Ukes Handrücken fasst und das Handgelenk abknickt. So ist auch nach einem Messerangriff leicht die Entwaffnung durch die zweite Hand möglich.

Bild 1

Bild 2

Bild 3

Bild 4

Bild 5

Bild 6

Bild 7

Bild 8

Bild 9

Bild 10

Bild 11

Bild 12

Bild 13

Bild 14