



DEUTSCHER AIKIDO-BUND e.V.

Der Angriff ist hier ein Yoko-tsuki (soto), also ein von der Außenseite her kommender Fauststoß.



Bild 1

Nage weicht dem Schlag aus und beginnt, den Arm Ukes mit der Togatana zu kontrollieren.



Bild 2

Eine zusätzliche Kontrolle sowie einen verbesserten Schutz erreicht Nage durch die gleichzeitige Ausführung eines Atemi.



Bild 3

Während Uke die Hand wieder zurücknehmen möchte, geht Nage bei dieser Rückwärtsbewegung mit und führt sie nun aktiv bis auf den Rücken Ukes fort.



Bild 4

Der Arm Ukes macht eine ähnliche Bewegung wie bei Ude-osae tenkan, während Nage mit der „Atemi-Hand“ von oben das Ellenbogengelenk kontrolliert.



Bild 5

Die Führung von Ukes Arm wird kreis- bzw. spiralförmig fortgesetzt, wodurch Uke zunehmend das Gleichgewicht verliert.



Bild 6



Bild 7

Der Ellenbogen von Uke wird unter Zuhilfenahme der Togatana immer weiter nach unten geführt, bis Uke auf der Matte zum Liegen kommt.



Bild 8



Bild 9

Durch die Positionierung der Arme/ Togatana von Nage entsteht bei Uke ein Hebel, wie er ähnlich vom Kote-hineri bekannt ist. Mit dem Absenken des Zentrums und zusätzlicher Kontrolle durch beide Knie kann Uke sicher am Boden fixiert werden.



Bild 10