

背後から前腕で相手の首を絞めて気道を塞ぎ窒息させる技です。

手順

1、亀の相手に対し両足をそけい部（脚の付け根）にフックします。

2、相手を潰してべた亀（伸びた亀）にして腰を極めます。
腰の極め方は、両足を深くフックして、爪先を立てて自分のかかとなるべく相手の尻に近くなるように引き付けます。

（3、この時点で、相手が腰を極められるのを嫌がって腰を切ってきた場合は別の技に変化します。）

4、腰を極めたら、下腹を突き出して体をゆすって相手の腕を殺しながら、耳の後ろから手を差し入れて絞めを狙います。
相手は胸の前で腕を交差させ耳の後ろから入ってくる腕を防御しているのですが、腰を極めて体をゆすることにより、相手の両腕が相手自身の胸の下に潜り込んで使えなくなります。

5、相手の両腕が死んでいるので相手のあごの下に腕が入りやすくなります。
相手があごを引いて手が入りにくいときは、逆の腕の前腕で相手の額を持ち上げたり、相手の側頭部を自分の側頭部で押して手を入れる側に頭を傾けてやったりすると入りやすいです。
首の反対側まで手が出たら、手と手を[ゲープルグリップ](#)で組み脇を締めるようにして前腕を自分の胸に引き付け絞め上げます。
（このとき襟を取れた場合は脚のフックを外して相手の横に出て、[腰絞め](#)にいくと絞めやすいです。）