

四つん這いになった相手を攻める技。  
攻める方向によって主に次の三つのタイプに分けられる。

- 相手の頭側から攻める : [横三角絞め](#)、[SRT](#) など
- 相手の横から攻める : [横絞め](#)、[腹固め](#) など
- 相手の背後から攻める : [回転縦四](#)、[元谷返し](#) など



- [裸絞め](#)
- [送り襟絞め](#)
- [片羽絞め](#)
- [横絞め](#)
  - [横絞め返し](#)
  - [横絞めエビ固め](#)
- [回転縦四](#)
- [横三角絞め](#)
- [SRT](#)
- [腹固め](#)
- [地獄絞め](#)
- [イタチ返し](#)
- [腕取り](#)
- [高橋返し](#)
- [フライパン返し](#)
- [元谷返し](#)
- [脇取り固め](#)