

脚を一本越えられたときに、相手の手首を掴んで相手の股の間に押し込みながら、肩越しに相手の後ろ帯を取り、挟まれていない方の足を円を描くように大きく回し、自分の体の上に相手を乗せて返す技です。



[寝技で勝つ柔道](#)



[柏崎克彦の寝技で勝つ柔道\[DVD\]](#)



[バیتال柔道 寝技編](#)



[高専柔道の真髄](#)