

喧嘩四つするとき、相手の脇の下から襟（あるいは袖）をとり、もう一方の手で相手の近い側の手首を掴み、相手の腕を軸に回転して相手の腕を極めながら投げる投げ技です。

関節投げですが反則ではありません。ただし、どんなにきれいに投げてても一本はもらえません。投げた後、抑えるか極めるかしましょう。

<手順>

1、対角の袖を握ります。

2、相手は握られていない方の手で襟をとりにくるので（相手が襟を取りにくくは、相手との位置関係によります）、その手首（あるいは袖）を持って引き出し、1で使った自分の腕の前腕が相手の脇の下にくるようにします。

3、相手に近い側の足を一步引いて自分の体を捨てるスペースを作ります（足のつく位置は相手の両足を結んだ直線上）。

4、1で掴んだ手と3で引いた足を結ぶ直線を軸にして相手の腕を極めて回転しながら体を捨てて相手を投げます（相手は両腕が使えません）。

このときの腕の極め方は、ねじるやり方と伸ばすやり方があります。

5、投げたらすかさず抑え込みます。

腕を巻いているので**袈裟固め**や**崩れ袈裟固め**などに行きやすいでしょう。

相手を向こうに押し込んで腕絡みのように極めることもできます。



[神技三船十段\[完全版\] 柔道の神髄 \[DVD\]](#)



[これがサンボだ!](#)