

OSAEKOMI WAZA
* Kesa-gatame
Kuzure-kesa-gatame (1)
(2)
Ushiro-kesa-gatame
Kata-gatame (1)
(2)
Kami-shiho-gatame
Kuzure-kami-shiho-gatame (1)
(2)
Yoko-shiho-gatame (1)
(2)
(3)
Tate-shiho-gatame (1)
(2)
(3)
Uki-gatame
Ura-gatame

SHIME WAZA
Nami-juji-jime
Gyaku-juji-jime
Kata-juji-jime
Hadaka-jime (1)
(2)
(3)
Okuri-eri-jime (1)
(2)
(3)
(4)
(5)
Kata-ha-jime (1)
(2)
(3)
□ Do-jime
** Sode-guruma-jime (1)
(2)
** Kata-te-jime (1)
(2)
** Ryo-te-jime (1)
(2)
** Tsukkomi-jime (1)
(2)
** Sankaku-jime (1)
(2)
(3)

KANSETSU WAZA
Ude-garami (1)
(2)
(3)
Ude-hishigi-juji-gatame (1)
(2)
(3)
Ude-hishigi-ude-gatame (1)
(2)
(3)
Ude-hishigi-hiza-gatame (1)
(2)
(3)
Ude-hishigi-waki-gatame (1)
(2)
(3)
Ude-hishigi-hara-gatame
□ Ashi-garami
** Ude-hishigi-ashi-gatame
** Ude-hishigi-te-gatame (1)
(2)
** Ude-hishigi-sankaku-gatame (1)
(2)
(3)

NOTAS

□ Técnica proibida.

Não existe kuzure para Yoko-shio-gatame, Tate-shio-gatame e Kata-gatame.

Makura-kesa-gatame está formalmente incluído no Kuzure-kesa-gatame.

Hon-kesa-gatame é nome de técnica omitido a partir de 01/04/1997.

* Técnica recentemente nomeada (estipulada em 01/04/1997).

** Técnica recentemente nomeada (estipulada em 01/02/1985).