

ძიუდოს ტექნიკის კლასიფიკაცია

TE – WAZA -ტე ვაზა - ხელის ტექნიკა (16 ტექნიკა)

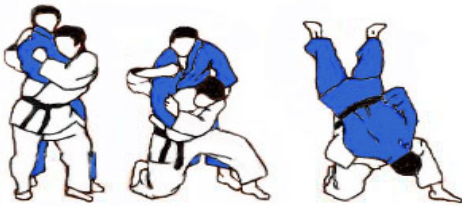
1. Seoi – nage – კისრული ორი მხრის გამოყენებით



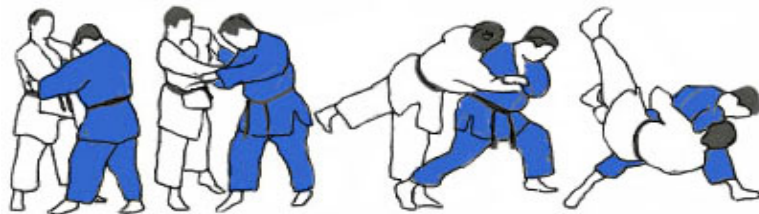
2. Ippon-seoi-nage - კისრული ერთი მხრის გამოყენებით



3. Seoi-otoshi - კისრული ცალ მუხლზე ან ორივე მუხლზე ჩახტომით



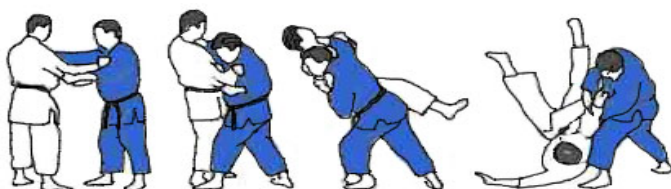
4. Tai-otoshi - წინა სარმა, სხეულის წინ გდება



5. Uki-otoshi - წონასწორობიდან გამოყვანით გდება წინ



6. Sumi-otoshi - წონასწორობიდან გამოყვანით გდება უკან



7. Yama arashi - („mountain storm“) - მთის ქარიშხალი



8. Obi-tori-gashi - ამოგლეჯვა ქამრიდან გადავლებით



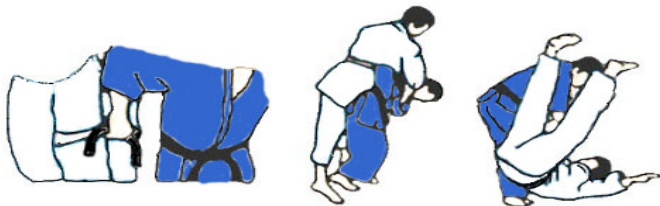
9. Uchi mata sukashi - შიდა თეძოთი მოცელვით გდებაზე დასხლტომა. ამოსმულზე ფეხის აცილებით დასხლტომა



10. Kouchi gaeshi - საპასუხო გდება პატარა შიდა მოცელვაზე - შიგნიდან ცერულზე, სპასუხო (კონტრი) ცერული წინიდან

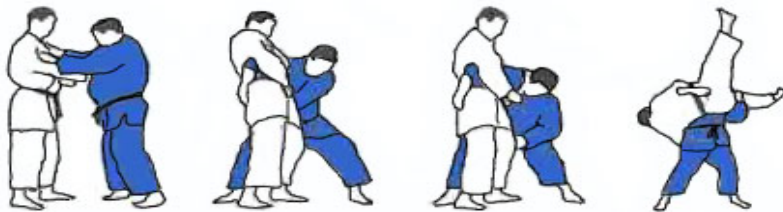


11. Obi otoshi - ქამარში წინიდან ჩავლებით გდება

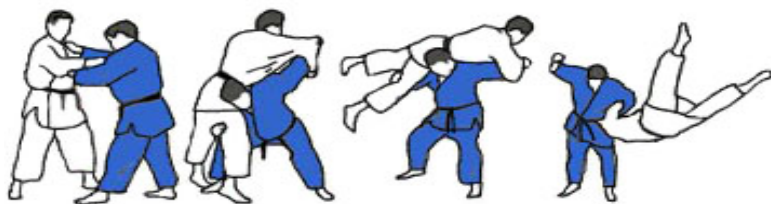


TE – WAZA *a prohibited waza- ხელის ტექნიკა, რომელის გამოყენება შეჯიბრის დროს აკრძალულია

12. Sukui- nage - ამოგლეჯით გდება



13. Kata- guruma - მხარზე გადაგორება, წისქვილა



14. Morote gari – ორი ხელით ფეხებში შესვლა



15. Kuchiki taoshi - ფეხში შესვლით გდება



16. Kibisu gaeshi - ქუსლის გამოკვრით გდება



KOSHI – WAZA-კოში ვაზა - თეძოს ტექნიკა (16 ტექნიკა)

1. Uki-goshi - თეძოს შეცურებით გდება (მოგვერდი მოქნევით)



2. O-goshi - მოგვერდი, თეძოთი გდება



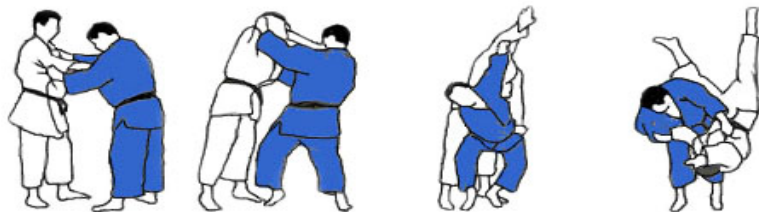
3. Koshi-guruma - მოგვერდი თავის დაჭერით



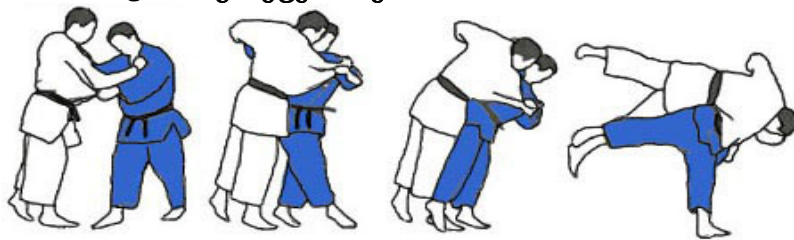
4. Tsurikomi-goshi - მოგვერდი საყელოდან აწევა - გამოწევით



5. Sode – tsurikomi - goshi - მოგვერდი სახელოს აგლეჯვით (აწევა - გამოწევით)



6. Harai - goshi - გარეგნი თეძოთი



7. Tsurugi-goshi - თეძოს ამოწევით გდება



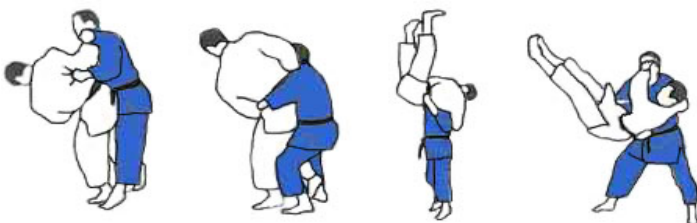
8. Hane-goshi - ამოსმული წვივით



9. Utsuri-goshi - მოგვერდი, ატაცით და თეძოზე გადატანით



10. Ushiro-goshi - უკუ თეძოთი გდება



ASHI - WAZA - აში ვაზა - ფეხის ტექნიკა (21 ტექნიკა)

1. De-ashi-harai - ცერული გვერდიდან წინ წამოწეილ ფეხზე



2. Hiza-guruma – ცერული მუხლიდან



3. Sasae-tsuri-komi-ashi - ცერული წინიდან საყრდენ ფეხზე აწევა-გამოწევით



4. O-soto-gari - ამოსმული გარედან უკან ფეხის მოცეღვით



5. O-uchi-gari - მოცეღვა შიგნიდან



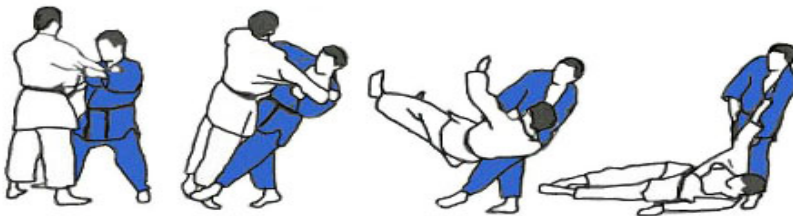
6. Ko-soto-gari - ცერული უკნიდან



7. Ko-uchi-gari - ცერული შიგნიდან



8. Okuri-ashi-harai - ცერული გვერდიდან ორფეხში მიყოლებით



9. Uchi-mata - შიდა ბარძაყზე მოცელოვით გდება. ამოსმული



10. Ko-soto-gake - კაური გარედან წვივით (მოჩეხვა)



11. Ashi-guruma - გარე ფეხი ფეხის გამოყენებით - მუხლს ქვემოდან



12. Harai-tsurikomi-ashi - ცერული წინიდან აწევა-გამოწევიტ და ფეხის მიყოლბით



13. O-guruma - გარე ფეხი ღრმა მოძრაობით - მუხლის ზემოთ



14. O-soto-guruma - ამოსმული უკან ორივე ფეხში



15. O-soto-otoshi - დიდი გარე ვარდნა - უკანა სარმა



16. Tsubame gaeshi - ცრულზე საპასუხო (კონტრი) ცერულით



17. O-soto-gaeshi - უკან ამოსმულზე საპასუხო უკან ამოსმულით



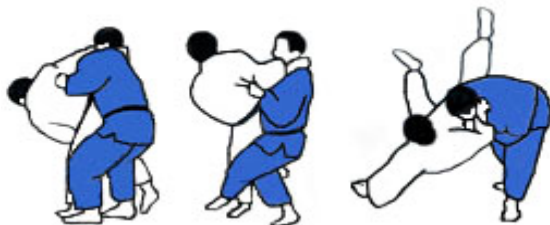
18. O-uchi-gaeshi - შიგნიდან მოცელვაზე საპასუხო (კონტრი) - მოცელვით



19. Hane-goshi-gaeshi - წვივით ამოსმულზე საპასუხო ილეთი მოცელვით



20. Harai-goshi-gaeshi - გარე ფეხზე საპასუხო კონტრ ილეთი მოჩეხვით



21. Uchi-mata-gaeshi - ამოსმულზე მოცელება უკანიდან

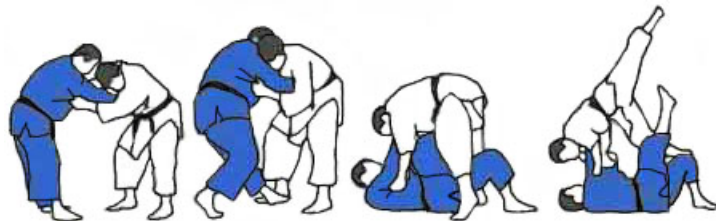


MA SUTEMI WAZA - მა სუტემი ვაზა - უკან ვარდნით ტექნიკა (5 ტექნიკა)

Tomoe-nage - ფეხის მუცელზე მიბჯენით გდება



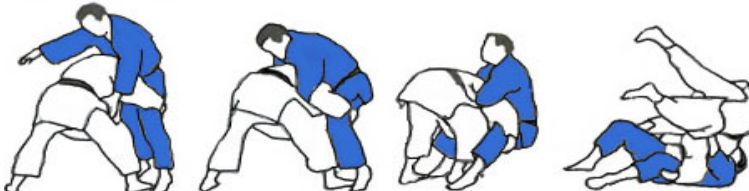
Sumi-gaeshi - წვივით გდება



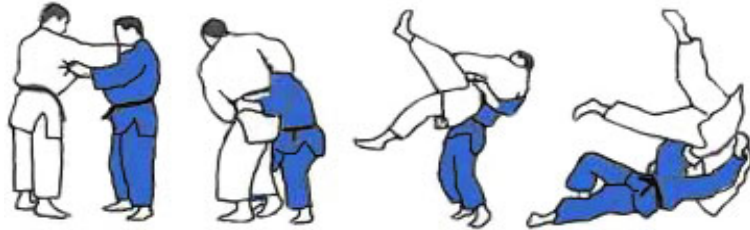
Hikikomi-gaeshi - ზურგზე გადავლებით ქაშირიდან უკან გდება



Tawara-gaeshi - ზურგზე ხელების მოხვევით უკან გდება

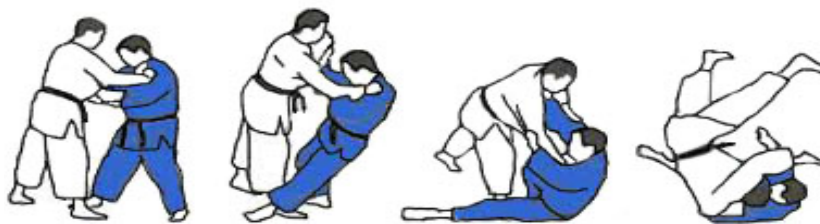


Ura-nage - ზურგით გდება - ბრუნო



YOKO SUTEMI WAZA - იოკო სუტემი ვაზა - გვერდზე ვარდნით გდება (16 ტექნიკა)

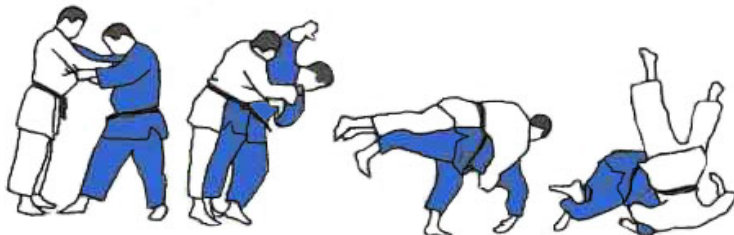
1. Yoko-otoshi - გვერდზე ვარდნით გდება



2. Tani-otoshi - ჩაჩეხვა



3. Hane-makikomi - წვივით ამოსმულით გდება ტრიალში



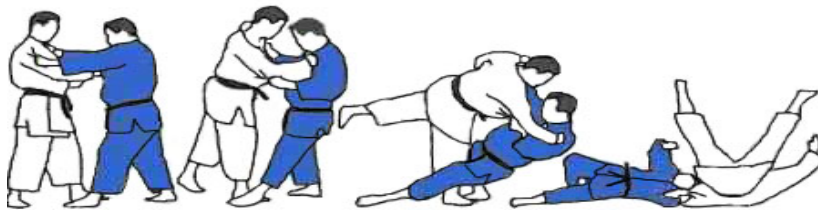
4. Soto-makikomi - გარედან ამოსმული ტრიალში ვარდნით



5. Uchi-makikomi - შიდა გარშემო დახვევა



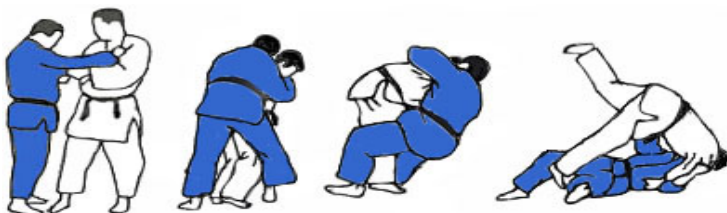
6. Uki-waza - მოცურებით, მოწოლით გდება



7. Yoko-wakare - გვერდზე შეტეხილი ვარდნა



8. Yoko-guruma - გვერდზე ტრიალით გდება



9. Yoko-gake - ცერული ვარდნაში



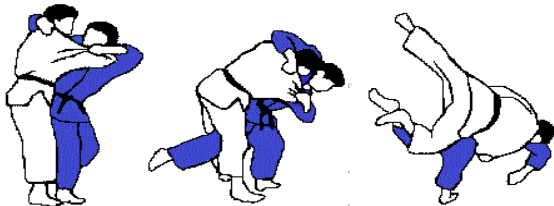
10. Daki-wakare – მოწინააღმდეგის წამოყენებით გდება ტრიალში



11. O-soto-makikomi - დიდი გარე მოცეღვით გარშემო დახვევით გდება



12. Uchi-mata-makikomi - მკლავის გარედან ჩაკეტვით ამოსმული ტრიალში



13. Harai-makikomi - თეძოთი გარეგნად ტრიალში



14. Ko-uchi-makikomi - პატარა შიდა დახვევით ჩეხვა



*a prohibited waza * აკრძალული ტექნიკა

15. Kani-basami - მაკრატელა



16. Kawazu-gake *a prohibited waza - ფეხის ჩახვევით უკან გდება * აკრძალული ტექნიკა



NE – Waza

OSAEEKOMI WAZA - შებოჭვის ტექნიკა (10 ტექნიკა)

1. Kesa-gatame - ხელის თავზე შემოხვევით შებოჭვა



2. Kuzure-kesa-gatame - ხელის იღლიის ქვემოდან მოხვევით შებოჭვა



3. Ushiro-kesa-gatame - ხელის თავზე მოხვევით უკუ შებოჭვა



4. Kata-gatame - მხრის გათიშვით შებოჭვა



5. Kami-shiho-gatame - თავის მხრიდან შებოჭვა ოთხი კუთხით



6. Kuzure-kami-shiho-gatame - თავის მხრიდან ოთხი წერტილით შებოჭვა, ერთი ხელით მხარია გათიშული



7. Yoko-shiho-gatame - გვერდიდან შებოჭვა ოთხი კუთხით



8. Tate-shiho-gatame - სწორი ოთხი წერტილით შებოჭვა - მხედრული შებოჭვა



Mune gatame - მკერდით შებოჭვა

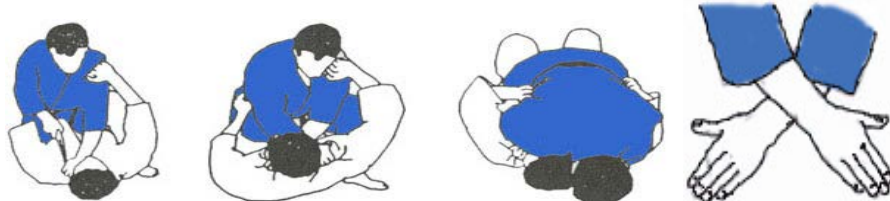


10. Ura-gatame - ზურგით შებოჭვა



SHIME WAZA - დახრჩობის ტექნიკა 12

1. Nami-juji-jime - დახრჩობა - ხელისგულები ქვემოთ



2. Gyaku-juji-jime - დახრჩობა - ხელის გულები ზემოთ



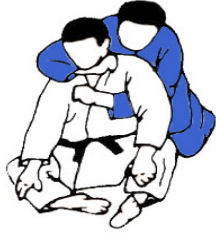
3. Kata-juji-jime - დახრჩობა - ერთი ხელის გული ზემოთ, ერთი ქვემოთ



4. Hadaka-jime - შიშველი - ცარიელი ხელებით დახრჩობა



5. Okuri-eri-jime - საყელოში ხელის შეცურებით დახრჩობა



6. Kataha-jime - დახრჩობა ცალი მხრის გამოყენებით



7. Katate-jime - ერთი ხელით დახრჩობა



8. Ryote-jime - ორი ხელით დახრჩობა



9. Sode-guruma-jime - დახრჩობა სახელის შემოხვევით



10. Tsukkomi-jime - მიწოლით დახრჩობა



11. Sankaku-jime - ფეხების სამკუთხედით დახრჩობა



12. Do-jime - * a prohibited waza - ფეხებით მაკრატელი ტანზე (აკრძალული ტექნიკა)



KANSETSU WAZA - კანსეცუ - ვაზა - მტკივნეულის ტექნიკა (10 ტექნიკა)

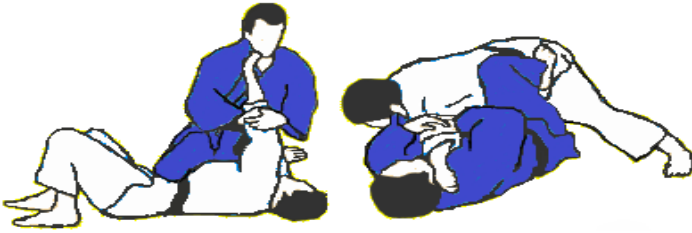
1. Ude-garami - ხაფანგით მტკივნეული



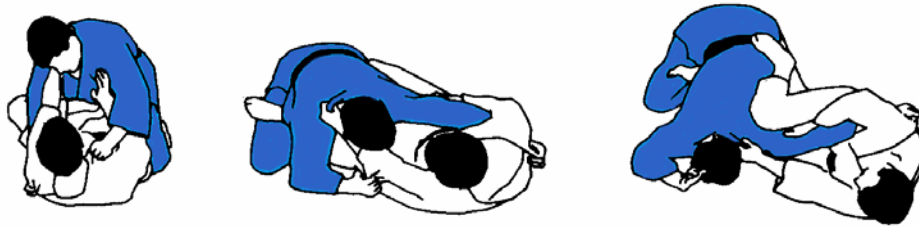
2. Ude-hishigi-juji-gatame - ჯვარედინი მტკივნეული



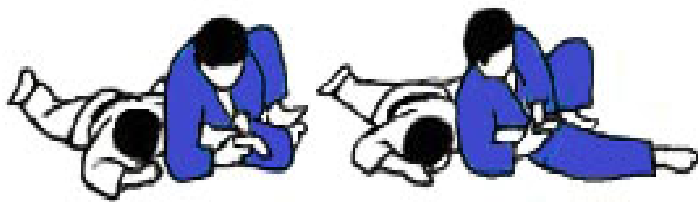
3. Ude-hishigi-ude-gatame - მტკივნეული



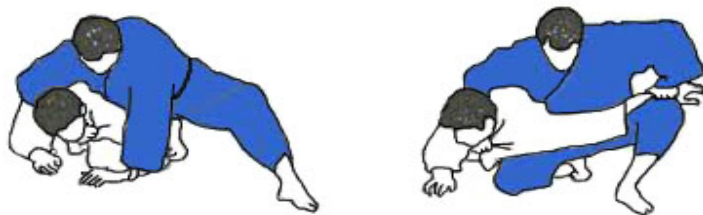
4. Ude-hishigi-hiza-gatame - მუხლით მტკივნეული



5. Ude-hishigi-waki-gatame - ილლით მტკივნეული



6. Ude-hishigi-hara-gatame - მუცლით მტკივნეული



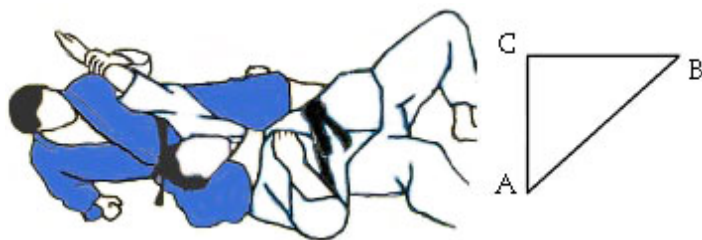
7. Ude-hishigi-ashi-gatame - ფეხით მტკივნეული



8. Ude-hishigi-te-gatame - ხელით მტკივნეული



9. Ude-hishigi-sankaku-gatame - ფეხების სამკუთხედით მტკივნეული



10. Ashi-garami* a prohibited waza - ფეხზე მტკივნეული * აკრძალული ილეთი

