

## Videos rund um Judo



**O-Soto-Otoshi (großer Außensturz)**

**Uki-Goshi (Hüftschwung)**

**O-Goshi (großer Hüftwurf)**

**Kuzure-Kesa-Gatame (Schärpenhaltegriff)**

**Mune-Gatame (Brusthaltegriff)**

**O-Ushi-Gari (Große Innensichel)**

**Seoi-Otochi (Schultersturz)**