

# 護身術 1-6(前面B)

## 4番 肘を掴まれた時

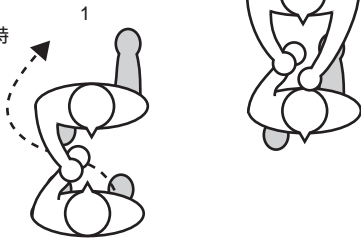
襟か首を掴んで倒し、左手で首を絞める。



右手で相手の手の甲を起こすと同時に左手で相手の肘を持ち上げ、左足を右前に前進させ、相手を制圧する。

相手の腕を左膝で固定し、左手手刀で肘の上の急所を、右手で手首を極める。

## 1番 手首を外側から掴まれた時

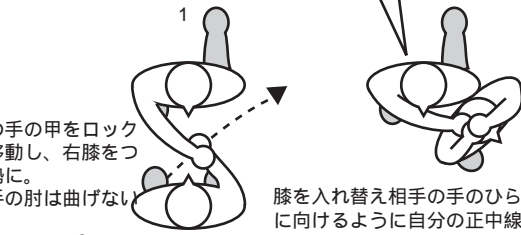


相手の手に右手を添えて自分の頭の上へ上げ、右足を踏み込む。

## 2番 手首を内側から掴まれた時

左手で相手の手の甲をロックして左足を移動し、右膝をつけて低い姿勢に。この時、相手の肘は曲げないように。

手の甲をロック

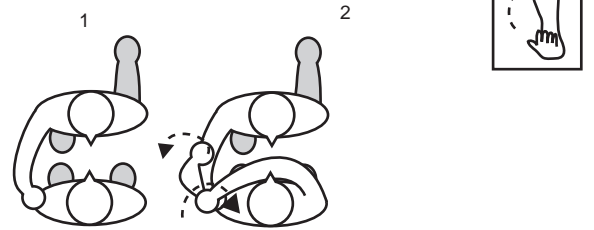


膝を入れ替え相手の手のひらを上に向けてるように自分の正中線に。



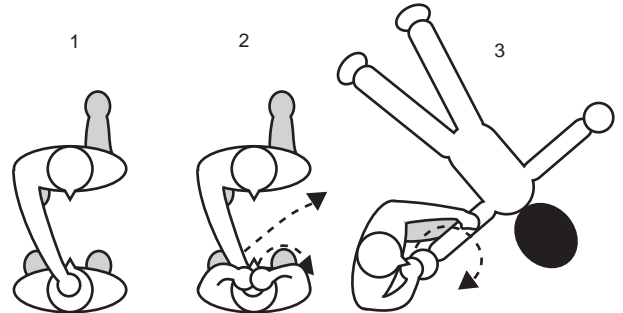
右で相手の脇に支点を作り、手首を反時計回りに極める。

## 5番 肩を掴まれた時



右手で手の甲を起こし、左手で肘を曲げさせると同時におじぎをするように体を前傾する。

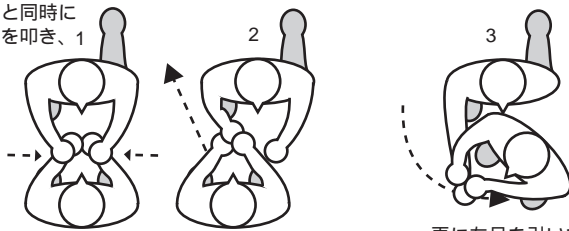
## 6番 髪を掴まれた時



両手で相手の手首をロックし、左足を右前に踏み出し制圧。以下4番と同様に。

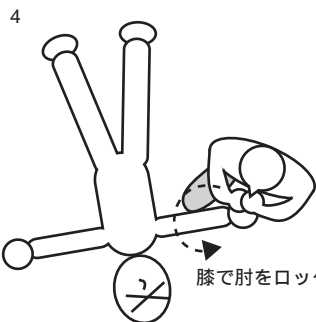
## 3番 両手首を両手で掴まれた時

両手を内側に振ると同時に左手で相手の左手を叩き、1右手を外す。



更に左足を引いて手首を極め、倒す。

左足を踏み出し、掌を手前に向けて左手を外すと同時に右手で相手の手の右手の甲をロック。



膝で肘をロックし、手首を反時計回りに極める。