

1963



MEIDO-KAN

OTTEET JA OTETAISTELU

Tapani Piri

VOK 3 – kurssi 2023





KUMI KATA D

Lähtökohtana vanha sanonta...

If you find yourself in a fair fight, you have done something wrong

- Otteilla ja otetaistelulla on judossa hyvin ratkaiseva asema
- Tasapuolisesta otteesta yleensä keskitytään ajamaan vastustajalle shidoja, vastustajaa paremmasta otteesta tehdään suoritukset

Mitä otteella tavoitellaan?

1. Vaikutus vastustajaan
2. Etäisyyskontrolli
3. Kääntymiskontrolli

Hyökkäys:

- **horjutus, liikuttaminen**, tilanteen rakentaminen
- mahdollisuus päättää ottelijoiden välinen **etäisyys**
- mahdollisuus **kääntyä** omiin tekniikoihin

Puolustus:

- Kaikkien näiden ottaminen pois vastustajalta
- Ennen muuta kääntymisen ja kahvalla alistamisen estäminen!
- **Aina jotain väliin!**



Hyökkäys
on valinta

Puolustus
on pakko

Grip fighting: a systematic way of putting my hands on my opponents gi in a way that I can dominate the fight

Jimmy Pedro otetaistelun tavoitteesta:

Jos molemmilla on tasaote, mahdollisuus voittaa on 50/50 - eikä se ole tavoiteltava tilanne

Jos voit estää vastustajasi voimakättä ottamasta otetta, olet mitätöinyt hänen mahdollisuutensa; sinä päätät suunnat, liikkeen, etäisyyden...

Joka vie otteen ensin, päättää hetken ajan liikkeen ja suunnan, vie ottelua

Voitettu otetaistelu antaa sinulle mahdollisuuden hyökätä ja estää vastustajalta mahdollisuuden hyökätä

Jimmy Pedro: Olympic Games:

Bronze medal 1996 Atlanta

Bronze medal 2004 Athens

World Championships:

Gold medal 1999 Birmingham

Bronze medal 1991 Barcelona

Bronze medal 1995 Chiba

Coaching notable students:

Kayla Harrison (2x Olympic gold)

Travis Stevens (3x Olympian and 2016

Olympic Silver medalist)

Ronda Rousey (Olympic Bronze 2016)

Rick Hawn (Olympian)

Taraje Williams-Murray (2x Olympian)

Mistä otteista saadaan tuloksia aikaan?

Grips and scores in Rio Olympics

Lähde: 2016 Thierry Loison, GENERAL ANALYSIS REPORT - multi-factorial data

	no score	yuko	wazari	ippon	total	Score % (T. Piri analyysi)	High score % highlighted				Score% total
	no score	yuko	waza	ippon	total	no score	yuko	waza	ippon	Score% total	
classical	970	41	46	27	1084	89,5 %	3,8 %	4,2 %	2,5 %	10,5 %	
double sleeve	441	24	15	9	489	90,2 %	4,9 %	3,1 %	1,8 %	9,8 %	
High / kahva	346	28	29	19	422	82,0 %	6,6 %	6,9 %	4,5 %	18,0 %	
One side	319	19	4	13	355	89,9 %	5,4 %	1,1 %	3,7 %	10,1 %	
1 collar	320	6	9	12	347	92,2 %	1,7 %	2,6 %	3,5 %	7,8 %	
Back / selkä	190	12	19	13	234	81,2 %	5,1 %	8,1 %	5,6 %	18,8 %	
1 sleeve	159	11	3	5	178	89,3 %	6,2 %	1,7 %	2,8 %	10,7 %	
double collar	143	7	3	2	155	92,3 %	4,5 %	1,9 %	1,3 %	7,7 %	
High double collar	130	7	11	5	153	85,0 %	4,6 %	7,2 %	3,3 %	15,0 %	
Direct	112	1	1	2	116	96,6 %	0,9 %	0,9 %	1,7 %	3,4 %	
Cross / ristiote	44	3	3	1	51	86,3 %	5,9 %	5,9 %	2,0 %	13,7 %	
One hand	4	0	0	0	4	100,0 %	0,0 %	0,0 %	0,0 %	0,0 %	
TOTAL	3178	159	143	108	3588	88,6 %	4,4 %	4,0 %	3,0 %	11,4 %	

- Peruskurssilla opetettu ja perinteinen perusote näkyy käytön suosiossa korkealla, tehossa ei niinkään (on 50/50)
- Tilasto ei kerro täyttä kuvaa otteista (mitä kenelläkin oli, missä oli toinen käsi jne...) mutta on suuntaa-antava
- Tilasto ei kerro kuin onnistuneesta lopputuloksesta, ei otteeseen sisältyneestä riskistä ja epäonnistumisista

Dominantti ote?

Kuvissa on esimerkkinä neljä dominanttia otetta

1. Hiha ristiin
2. Korkea kaulus + hiha
3. Kahva + hiha
4. Ristiote

Vain yhdessä on ukella käsi kiinni torin ylävartalossa - mutta sekin ulkopuolella.

Uke ei voi estää torin kääntymistä ja sisääntuloa.



Peruskysymys: migi - hidari?

- Vastustajan puolisuus (migi-hidari voimakäsi) on otetaistelun peruslähtökohta
 - Yleensä vastustajan etujalka kertoo, mutta "Irregular right / irregular left" esiintyy myös, jolloin etujalka vaihtuu ensimmäisen otteen saatuaan
- Lopputulos: aiyotsu / kenkayotsu (samanpuoleinen, migi-migi; vastakkainen, migi-hidari)
- Kuvat oikealla: otteita Joao Neton anonyymista mallipelikirjasta
 - *Kuinka tarkka on sinun oma pelikirjasi otteiden ja liikkeiden osalta?*

Regular left Stance Player	Irregular Left Stance Player
<p>Move forward or rotate a little to the right Move in out and to the left side (sleeve) Put right hand inside on opponent lapel and hizagruma or Ko-Uchi Gari to gain sleeve Put right hand inside and try to break opponent lapel Block with the left to put the right Sleeve first and lapel after</p> <p>If partner put right hand inside first Close the space Break the grip Or try to gain inside again; if it's impossible cross the grip on the lapel</p>	<p>Very high partner Try to control the left harm of the partner with the right or left hand Break immediately the grip and keep the harm</p> <p>Opponent that start with fake stance gripping on my lapel with R.H first Put weight on the right harm back pull and stay with right harm up</p> <p>Opponent with cross grip Break immediately the grip</p>

Regular Right Stance Player	Irregular Right Stance Player
<p>Move and rotate to the left with right leg in front Anticipation on the sleeve direct or with trick</p> <p>Opponent catch my sleeve first try to go with two hands to his sleeve and kick to break keeping the sleeve of the opponent</p> <p>Opponent Sleeve and going to high grip If partner have my sleeve and his going to high grip keep distance and protect with left harm up</p>	<p>Opponent Left hand on lapel with left leg in front Pass the right harm up to the left of the opponent and go find the</p> <p>Partner with high same side grip Right hand on the left lapel and perform hiza gruma Grip on the belt with left hand and perform O-Uchi-Gari</p> <p>Partner cross grip Put left shoulder out and try to gain sleeve Break immediately</p>

Samanpuoleinen ote - aiyotsu

- **Aiyotsu** (migi-migi tai hidari-hidari): tavoitteena on viedä vastustajan voimakäden hiha ja siten estää hänen otteensa
 - **One step ahead!** – oma ote ensin kiinni; et halua olla se, jota viedään ja joka joutuu reagoimaan
 - **Kiertoliike** vastustajan voimakäden puolelle
 - Omalla heikommalla kädellä vastustajan voimakäden hiha kiinni tai vahvemalla kädellä ranne ja sitten hiha
 - Kuvat oikealla: 1) ranne -> 2) hiha -> 3) oma voimakäsi (tässä kahva, voi olla myös sisäpuolinen kaulus)
 - Jos et saa hihaa: ensin voimakäden puolen olkapää blokataan (defenssi!), torjutaan voimakättä korkealta ja sitten otteen vaihto ja hiha kiinni (kuva 4)
 - Vaihtoehto: voimakäden ristiote kaulukseen – hiha kiinni – voimakäden vaihto oikealle puolelle tai hyökkäys
 - **Huom!** Oma voimakäsi ensimmäisenä kiinni **EI OLE hyvä** idea: vastustaja voi vapaasti hyökätä! Ei ole käntymiskontrollia!
Jimmy Pedro: "Then better without a grip"
 - Jos vastustaja repii voimakätensä vapaaksi: heti heikompi käsi väliin olkapäähän (kuva 4) TAI hyökkää heti
 - Hyökkäysmahdollisuus on aina otteiden vaihdon välissä



Changrim An trikki: hivuttaa vastustajan voimakättä alaspäin hihansuusta nykimällä, kunnes vastustaja korjaa otettaan = heittopaikka!

Migi vs Hidari: kenkayotsu



- **Kenkayotsu** (migi-hidari): tavoitteena on saada omalla voimakädellä **sisäpuolinen ote**
- ...ja mieluiten vastustajan hihakäsikin irti otteesta (kuva 1)
- Alun perin vahvaltakaan tuntuva mutta ulkopuolinen ote ei avaa tilaa hyökätä (kuva 2)

Jos vastustaja ehtii ensin, irrota ote!

- ...tai livauta otetta ylemmäs ja puikkaa oma ote sisään alapuolelta (kuva 3)
- ...tai paina kasaan ja ota syvä niska/selkä (kuva 4)

Taistelu rintapielestä kenkayotsussa

1. Repäise irti (uken käsi suoristettuna ja kiristettynä, 2 kättä apuun)
2. Puske kyynärtaipeesta alas, ota selkä/kahva, paina kasaan
3. Sleeve-cross-gripping on hyvä vaihtoehto käden irrottua



Hihan irrotuksia

1. Kierrä yläkautta peukalo edellä
2. Tuplahiha: iske ristiin
3. Peukalo edellä ylös, hiha kireälle ja repäisy taakse
4. Ranteesta painamalla, hiha kiristettynä

Kaikissa irrotuksissa: vain kireä hiha ja suora käsi mahdollistavat irrotuksen – jalkaliikkeellä tilaa ja vastustaja käden kiristys ensin.



Muita otteita

1. Itäeurooppalainen ote: estää uken kierron, ohjaa kaukaa, helppo saada (puolustukseen myös hyvä)
2. Kaulus+kahva (Shohei Ono-ote, tehokas)
3. Georgian vyö (aggressiivinen, dominoiva, kohtalaisella riskillä)

Lisäksi:

- Selkä- tai vyöote (aggressiivinen, "all-in" isolla riskillä; Mongolia, Georgia, Ukraina)
- Tuplahiha (on taas 50/50 tilanne, ei riitä ellet ole spesialisti)
- Tuplakaulus (helposti passiivinen, mutta hyvä defenssi ainakin hetkellisesti)



Loppusanat

- Puolustus on pakollista – vastustajan **voimakäsi EI saa olla hyvin kiinni** ja sisäpuolella!
- Jos on 50/50 tai heikompi ote, **älä tyydy** siihen vaan riko ja vaihda
- Kun tiedät mitä haluat, on suurempi mahdollisuus saada se
- Harjoittele, tee drillejä!
- Travis Stevens HJC:llä 2019:
*”haluan
1) vastustajan voimakäden hihan,
2) sisäpuolisen korkean kauluksen tai kahvan,
3) oman oikean jalan uken jalkojen sisäpuolelle.
Jos saan kaikki kolme, voitan.
Kaksi kolmesta usein riittää.”*



KIITOS!

- **Lähteet:** Mikäli toisin ei ole erikseen sanottu, on lähteenä käytetty (tässä järjestyksessä, mutta ajatuksia yhdistellen) Jimmy Pedron ”Grip like a world champion” videokurssia, Joao Neton 1/2023 luentoa Pajulahdessa, Travis Stevensin 8/2019 Ruskeasuolla vetämää leiriä, Changrim Anin 8/2022 Ruskeasuolla vetämää leiriä sekä lukuisia muita valmentajia ja leirejä vuosien 1984-2023 välillä.
- **Valokuvat:** Miia Heikkinen
- **Esiintyjät:** Emma Piri, Aino Eerikäinen
- **Copyright:** tekijän/kuvaajan nimi mainiten materiaali on vapaasti Suomen Judoliiton ja sen jäsenseurojen, valmentajien ja judon harrastajien käytettävissä.





Visailu parityönä: tunnista 6 oman sarjansa aikanaan lyömätöntä judokaa ja käytetyt otteet (vinkki: 2x+100, -90, -73, -52, -48)

