

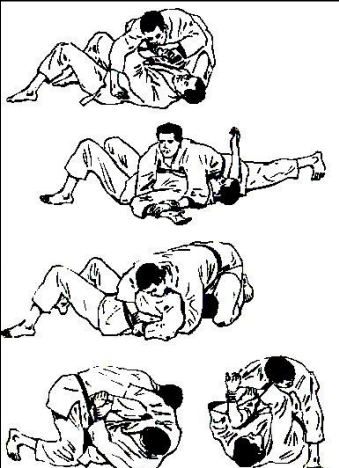
# Kansetsu Waza

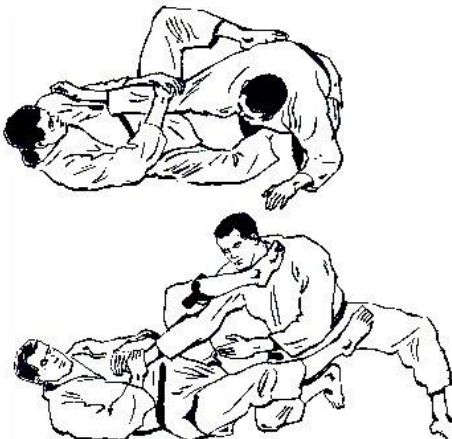
## Kansetsu-waza (Les techniques de luxations)

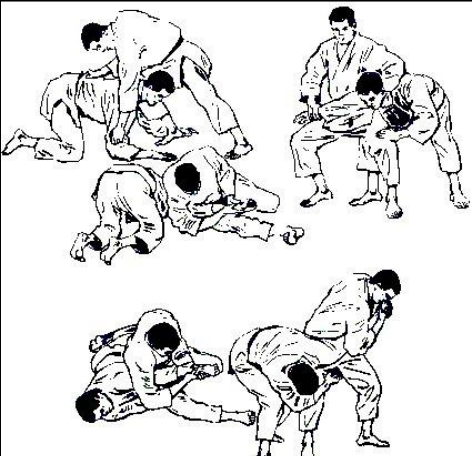
Elles s'appliquent aussi bien debout qu'au sol, elles sont destinées à faire abandonner l'adversaire sous la menace d'une luxation ou d'une entorse. Les clés fonctionnent selon le principe du bras de levier et du point d'appui, elles permettent ainsi à une personne de faible corpulence de venir à bout d'un adversaire beaucoup plus lourd.

En Judo seules les clés de bras s'appliquant sur le coude sont autorisées, en Ju-Jitsu les clés s'appliquent sur toutes les parties du corps sauf dans les compétitions de fighting system où les clés de doigts et de cou sont interdites.

Un échantillon représentatif de clés qui existent en Judo et en Ju-Jitsu :

	<p><b>Ude-Garami</b></p> <p>Luxation du bras fléchi. Elle agit sur le coude et en partie sur l'épaule. Comme on peut le voir, elle s'applique dans toutes les positions même debout.</p> <p>Il faut rester stable et bien maintenir le contrôle, le coude de Uke doit être plié à au moins angle droit.</p>
--	---

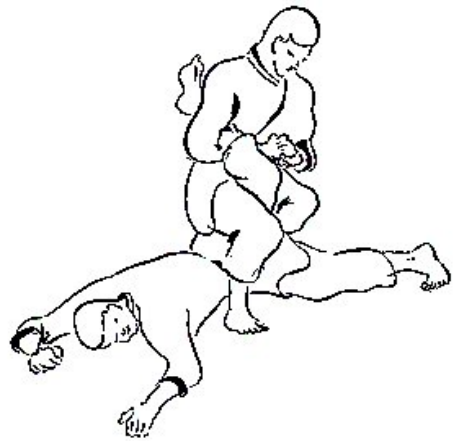
<p><b>Hiza-Gatame</b></p> <p>Luxation du bras tendu par le genou.</p> <p>La clé s'applique sur le coude, dans la forme la plus courante contrairement à l'image le genou de Tori repose sur le coude.</p>	
---	--

	<p><b>Waki-Gatame</b></p> <p>Luxation du bras tendu sous l'aisselle.</p> <p>Mouvement très efficace qui s'applique aussi bien debout qu'au sol, dans le domaine de la self défense il sert à contrôler un agresseur qui vous a saisi au niveau du revers par exemple. Pour arriver à cette clé en self défense il ne faut pas oublier le principe d'action réaction et l'atemi de diversion.</p>
---	--

Les clés de jambes et de chevilles

Il en existe aussi un nombre important.

Les clés de chevilles sont d'une efficacité redoutable même contre les colosses car c'est une partie du corps dont la corpulence n'agit pas sur la résistance.



Voici un autre exemple de clé de jambe/chevilles.

Pour arriver cette clé, on peut exécuter morote-gari (voir Nage waza). Sans lâcher les jambes, Tori applique la première clé, il peut enchaîner par la seconde pour un meilleur contrôle, la dernière étant la plus efficace mais la plus difficile à mettre en oeuvre.

Cette technique pourrait figurer aussi au chapitre self-défense tellement elle est efficace. (Iza-Tori-Garami)  
Dans la situation où Uke (derrière) tente d'étrangler Tori (devant) et le contrôle à l'aide de ses jambes croisées. Cette situation est très fréquente au sol, les jambes croisées permettent d'empêcher le partenaire de s'échapper, c'est un très bon contrôle mais il expose celui qui le fait à une clé de cheville.  
Dans l'exemple Tori à l'aide de sa jambe droite appuie sur le dessus du pied de Uke, il s'aide de sa jambe gauche pour avoir plus de force. Ça doit être très rapide et Tori doit se protéger au mieux de l'étranglement que Uke ne manquera pas de lui faire.  
Tori peut aussi s'il en a la possibilité croiser les jambes de Uke s'il ne l'a pas fait et lui appliquer la clé, mais c'est beaucoup plus hasardeux.



### Les autres clés (poignet, doigts et nuque)

Les clés de poignets sont le plus rapidement engageables et d'une efficacité redoutable. C'est pourquoi elles sont interdites en compétition. Elles peuvent être utilisées dans toutes les mauvaises postures et sont très appréciées comme clé de transport.

Les clés de doigts permettent de se libérer de n'importe quelle étreinte même pour une femme, il suffit de juste saisir un doigt et de le diriger vers le dessus de la main et ce violemment, il ne résistera pas. Il y a possibilité d'enchaîner par un atemi et surtout de prendre la fuite. Ceci s'applique uniquement à la self défense.

### Les clés de nuque

Interdites en Judo et fighting system, dans le cadre de la self défense, elles permettent de contrôler quelqu'un au sol ou de se libérer. Elles ne doivent pas être exécutées en raison du grand danger qu'elles représentent, leur apprentissage doit être fait sous le contrôle d'un professeur compétent.

N.B. : Uke est celui qui subit les projections, les clés et autres. Tori est celui qui les exécute.