



Der Untergriff

einer der bekanntesten Griffe, wird meistens vom Gegner durch Wegdrücken auf das Kinn erfolgreich abgewehrt. Ausführer des Untergriffs ist Köpp, der Abwehr Tomson.

bedeutendem Einfluß ist, so werden zur Erzielung gleicher Voraussetzungen die Kämpfer in Gewichtsklassen eingeteilt und zwar von 120 bis 160 Pfund, deren Unterschied je 10 Pfund beträgt. Bei Mannschaftskämpfen besteht eine Mannschaft aus 7 Ringern, denen ebenfalls 7 der gleichen Gewichtsklassen gegenüber gestellt werden. Die Erklärung der verschiedensten Griffe z. B. Untergriff, Hebegriff, Schultergriff, Schultersprung, Drehgriffe, Kopfgriffe,

Armgriffe würde viel zu weit gehen. Unsere Bilder, die Berufsringer im Kampf zeigen, lassen ganz deutlich die Vielgestaltigkeit der Griffe erkennen.

Versuchen Sie es, ihnen nachzutun!

Rizi.

Der Armschlüssel

Der Gegner ist durch die Schlüsselwirkung fast machtlos, da durch die erzeugte Hebelkraft von seiten des Gegners kolossaler Schmerz erzielt werden kann. Der Griff führt fast meistens zur Niederlage. Ausführer: Peter Köpp gegen Tomson.

