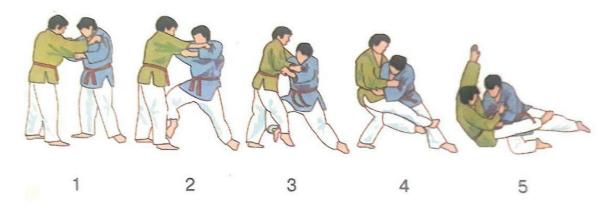
Oyoq boldiri bilan ichkaridan bir xil nomli oyoqni ilib olish

Raqib oyoqlarini keng qoʻygan holda, orqaga siljisa yoki oʻziga tortsa, ushbu usulda yiqitish qulay hisoblanadi.

Usulning asosiy holatlari:

- 1 kurashchi raqibning chap yoki oʻng yoqasi va yengidan ushlaydi;
- 2 raqibni siltab oldinga tortib, uni oyoq uchlariga turishga majburlaydi va bir vaqtning oʻzida hujumchi oyoq bilan raqibning oyogʻini oʻrab oladi;
- 3 boldir bilan raqibning chap yoki oʻng oyogʻini ichkaridan ilib olib, shu vaqtda qoʻl harakatini oʻzgartirib, raqibni orqa va yon tomonga itaradi;
 - 4-5 raqibning xujumdagi oyogʻini ilib olib, orqaga itarib yiqitadi.



Ushlash variantlari: yengdan va yoqa qaytarmasidan; yengdan va yoqadan; yengdan va yaktakning orqa tomonidan; bitta yengdan.

Qarshi usullar: chap yoki oʻng boldirdan ilib olish; tizzaning ostiga oldindan urish; ikkala oyoq oldidan mindirma qilib uloqtirish.

Usuldan ximoyalanish: xujumdagi oyoq bilan raqibning xujumchi oyogʻini ustidan oshib oʻtish; raqib xujum qilmoqchi boʻlgan oyogʻini orqaga olib, oldinga egilish; tayanch oyoqni orqada qoldirish.

Usulni bajarishda uchraydigan xatolar: xujumchining tayanch oyogʻini orqada, uzoqroqda qolishi; raqibning xujumga tushgan oyogʻining gilamdan uzilmasligi; raqibning tayanch oyogʻi turgan tomonga itarish.