

クローズドガードからのスイープ・極め技

✓	技名	参考動画
	シザースイープ	https://www.youtube.com/watch?v=2QijUcr_Fs4
	マッスルスイープ	https://www.youtube.com/watch?v=wyduJAe1B7Y
	三角絞め	https://www.youtube.com/watch?v=-PNNaruG_cM
	腕十字	https://www.youtube.com/watch?v=2hdv7Cvzh8c
	オモプラッタ	https://www.youtube.com/watch?v=illMWpnmn_88