

THEMATIQUE TACHI WAZA

Tori est droitier

Uke est droitier

Il se saisissent en kumi kata emboîté... (Droitier/Droitier)

Le principe : Décalage de Tori sur sa gauche...

1. Tori décale sur sa gauche et aspire Uke dans son déplacement ;

Application pour Tori : ***Okuri ashi barai...***

2. Tori décale sur sa gauche et aspire Uke dans son déplacement ;

Application pour Tori : ***Uchi mata (forme kata)***

3. Idem pour Tori, Uke est un peu sur les appuis ;

Application pour Tori : ***O uchi gari...***

4. Idem pour Tori, Uke est plus vers l'avant ;

Application pour Tori : ***Sasae tsuri komi ashi à gauche...***

5. Idem pour Tori, saisie basse au revers de Uke ;

Application pour Tori : ***Ippon seoi nage à gauche ...***

6. Idem pour Tori ; uke est sur l'arrière ;

Application pour Tori : ***Ippon + Ko uchi gari...***

7. Idem pour Tori ; Uke est un peu sur sa droite ;

Application pour Tori : ***Tai otoshi à droite...***