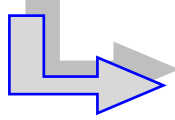


ENCHAINEMENT DES IMMOBILISATIONS

«USHIRO GESA GATAME»



Vers «MAKURA GESA GATAME»

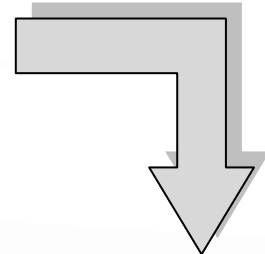


CECI EST UNE IMMOBILISATION PAR LE TRAVERS. AVEC TON CÔTÉ GAUCHE, TU ÉCRASES LE CÔTÉ DROIT DE TON PARTENAIRE

USHIRO-GESA-GATAME
contrôle arrière costal

USHIRO signifie : en arrière

Dessins de Claude FRADET – Edition JUDOGI 1974



ASSIS DERRIÈRE TON ADVERSAIRE, TU PLACES TA CUISSE SOUS SA TÊTE ET TU ENTOURES SON BRAS GAUCHE DE TES DEUX BRAS À TOI. DE TA MAIN GAUCHE, TU SAISIS SA CEINTURE, ET DE TA DROITE, TON PROPRE COL.

MAKURA-GESA-GATAME
contrôle arrière costal " en oreiller "

MAKURA signifie : oreiller, ce qui explique bien le principe de cette immobilisation, la tête de l'adversaire repose sur ta cuisse comme sur un oreiller. Mais attention, il ne va peut-être pas s'endormir...