

Les blocages et balayages

Blocages

Tai Otoshi

(Renversement du corps)



Sasaé Tsuru Komi Ashi

(Blocage du pied en pêchant)



Iza Guruma

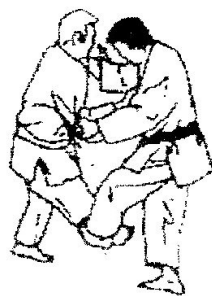
(Roue autour du genou)



Balayages

De Ashi Barai

(Balayage du pied avancé)



Okuri Ashi Barai

(Balayage deux pieds)



Lexique :

Iza : genou

Tsuru Lomi : pêchant

Tai : corps

Ashi : jambes

Guruma : roue

Barai : balayage

Otoshi : renverser

Dé : avancé

Okuri : les 2

Sasaé : bloquer