THEME SELF DEFENSE : Défense contre gyaku mawashi zuki jodan

SERIE TECHNIQUE TAI JITSU

Rapprochement de Uke, par sa présence et distance courte, Tori reste vigilant (zanchin) et adopte une garde avec les mains ouvertes

Uke attaque en Gyaku mawashi zuki jodan (80 % des atemis)
Tori se déplace en yori ashi pour absorber l'attaque et se placer.
Tori bloque avec le coude gauche et se protège

Tori riposte par teisho jodan pour casser la « ligne de corps » de Uke

Tori poursuit avec un Kagi zuki jodan ou occipital avec amorce de la clé d'épaule

Tori continue la clé d'épaule tout en amenant uke au sol

Tori finit avec un zuki au visage avec contrôle par clé de coude

Tori reste vigilant (zanchin) en gardant une distance de sécurité

Tori: Olivier Mellert
5ème Dan FFKaraté
Membre de la commission nationale

Uke: Eric Mauffrey
2ème Dan FFKaraté

https://officiel-taijitsu.fr/
https://www.facebook.com/CNTJffk/

FÉDÉRATION FRANÇAISE KARATÉ

TAI-JITSU SELF-DEFENSE FFK 体術