Fiche technique n°17

Décembre 2016

(Spéciale Festival des Arts Martiaux 2016)

Notes personnelles :

TORI : Dominique Le Bihan
5ème dan Taï-Jitsu

UKE : Johnny Schwartz
3ème dan Taï-Jitsu

Défense sur double Mawashi - Zuki.

« Le corps doit savoir bouger dans tous les sens pour amortir la puissance des attaques»

1

Tori et Uke se placent en garde fudo-dashi.

2

Uke attaque Tori en frappant Mawashi - Zuki droit jodan. Tori esquive vers l'intérieur et pare l'attaque avec un Shuto-uke main gauche.

3

Uke poursuit son attaque avec un second Mawashi - Zuki gauche niveau jodan. Tori esquive de nouveau et bloque l'attaque avec un Yaku-Shuto-uke droit.

4

Tori saisit le poignet droit de Uke et laisse son bras droit glisser pour frapper crochet au visage.

5

Tori saisit le poignet droit de Uke à deux mains et le pousse vers l'avant pour tendre son bras et faire une clé de coude.

6

Tori passe sous le bras de Uke et frappe Empi droit au niveau des côtes.

7

Tori saisit le bras droit de Uke pour amorcer une projection en barrage.

8

Tori termine sa technique avec un Oi-zuki droit visage.

Fiche technique à destination des clubs de Taï-Jitsu, éditée par Académie Taï-Jitsu France
Fiche Technique n°17 - Décembre 2016