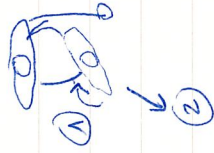


Ne pas oublier --

- de ramener l'autre à sa distance (con. avec théo)
- ne pas garder le contact du blocage seul si pour faire 1 technique

③ Même Saisie/Attaque pour Omote Gyaku sur la main ayant saisie vers l'avancée et vers le bas



Variante = plus courante/dangereuse =
Saisir Omote Gyaku sur le côté de l'adversaire



④ Même Saisie/Attaque main lainer passer l'attaque & profiter de l'entrée pour projeter (avec 1 Muso Doji)



14/12/2024

Thème = tous les principes + "confusion" (Yu)
Pres. Didier, Michael, Théo & Hoi

- * travail du bassin & chevilles débloquées
- déplacement / teijutsu
- timing: action => réaction

① Sur Saisie au col & Attaque Coup de poing =
- Sortie extérieure avec contrôle de la
saisie & parade (Uke Nagashi) de l'attaque
puis se déplacer un peu vers l'extérieur
& faire Musha Doji



② Même Saisie/Attaque = même sortie mais
ajout de Daken pour apporter de la confusion:
frappe du poing contrôlant la saisie puis
frappe de l'autre main ... avant de faire
Genseki Nage sur le bras ayant fait le
coup de poing



Option = ajouter un Omote Gyaku
sur la saisie.