

# ASHI-WAZA



Art'Gest ©



**ASHI-GURUMA**  
ENROULEMENT  
AUTOUR DE LA JAMBE



Art'Gest ©



**DE-ASHI-BARAI**  
BALAYAGE DU PIED AVANCÉ



Art'Gest ©



**HARAI-TSURIKOMI-ASHI**  
BALAYAGE DU PIED EN PÊCHANT



Art'Gest ©



**HIZA-GURUMA**  
ROUE AUTOUR DU GENOU



Art'Gest ©



**KO SOTO-GAKE**  
PETIT ACCROCHAGE  
EXTÉRIEUR



Art'Gest ©



**KO SOTO-GARI**  
PETIT FAUCHAGE EXTÉRIEUR



Art'Gest ©



**KO UCHI-GARI**  
PETIT FAUCHAGE INTÉRIEUR



Art'Gest ©



**O SOTO-GARI**  
GRAND FAUCHAGE EXTÉRIEUR



Art'Gest ©



**O SOTO-GURUMA**  
GRAND ENROULEMENT  
EXTÉRIEUR



Art'Gest ©



**O SOTO-OTOSHI**  
GRAND RENVERSEMENT  
EXTÉRIEUR



Art'Gest ©



**O UCHI-GARI**  
GRAND FAUCHAGE INTÉRIEUR



Art'Gest ©



**O-GURUMA**  
GRAND ENROULEMENT



Art'Gest ©



**OKURI-ASHI-BARAI**  
BALAYAGE DES DEUX PIEDS



Art'Gest ©



**SASAE-TSURIKOMI-ASHI**  
BLOCAGE DU PIED EN PÊCHANT



Art'Gest ©



**TSUBAME-GAESHI**  
RETOUR DE L'HIRONDELLE  
(CONTRE DU BALAYAGE)



Art'Gest ©



**UCHI-MATA**  
FAUCHAGE INTÉRIEUR  
DE LA CUISSE

**Osoto-gaeshi**

**Large Outer Reaping Throw Counter**



375.



376.



377.



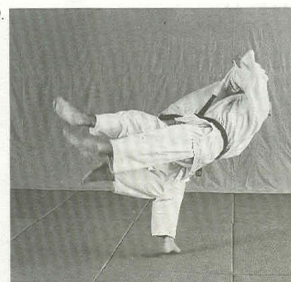
378.



380.

379.

375-77. Your opponent moves in for a right osotogari.  
378-80. Before he has a chance to get you off balance to your right rear, apply your own right osotogari.



**O-SOTO-GAESHI**  
GRAND CONTRE EXTÉRIEUR