

TE-WAZA



Art'Gest ©



ERI-SEOI-NAGE
PROJECTION PAR DESSUS LE DOS
AVEC SAISIE AU REVERS



Art'Gest ©



IPPON-SEOI-NAGE
PROJECTION PAR UNE ÉPAULE



Art'Gest ©



KATA-GURUMA
ROUE AUTOUR DES ÉPAULES



Art'Gest ©



KUCHIKI-TAOSHI
ABATTRE L'ARBRE MORT



Art'Gest ©



MOROTE-GARI
FAUCHAGE DES JAMBES
AVEC LES DEUX MAINS



Art'Gest ©



MOROTE-SEOI-NAGE
PROJECTION PAR DESSUS LE DOS
À DEUX MAINS



Art'Gest ©



SEOI-OTOSHI
RENVERSEMENT PAR DESSUS
L'ÉPAULE



Art'Gest ©



SUKUI-NAGE
PROJECTION EN CUILLÈRE



Art'Gest ©



TAI-OTOSHI
RENVERSEMENT DU CORPS
AVEC BARRAGE



Art'Gest ©



TE-GURUMA
ENROULEMENT PAR LES MAINS



Art'Gest ©



UKI-OTOSHI
RENVERSEMENT DU CORPS

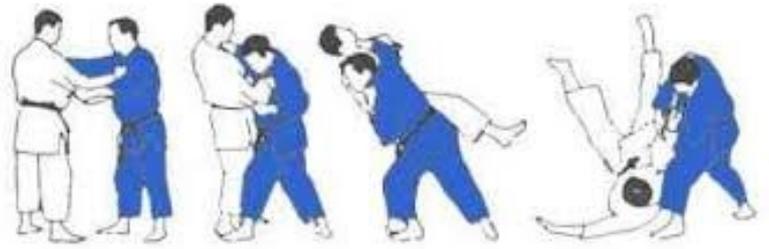


Kubi-nagé



KIBISU-GAESHI
PROJECTION PAR LA CHEVILLE

Sumi-Ostoshi



SUMI-OTOSHI
RENVERSEMENT DANS L'ANGLE



YAMA-ARASHI
TEMPÊTE DANS LA MONTAGNE



UCHI-MATA-SUKASHI
PROJECTION PAR GLISSEMENT (ESQUIVE)