

KANSETSU-WAZA



Art'Gest ©

UDE-GARAMI

CLÉ EN TORSION,
BRAS FLÉCHI



Art'Gest ©

UDE-GATAME

CLÉ EN
HYPEREXTENSION
PAR LES MAINS



Art'Gest ©

UDE-HISHIGI-JUJI-GATAME

CLÉ PAR LE PUBIS



Art'Gest ©



Art'Gest ©

WAKI-GATAME

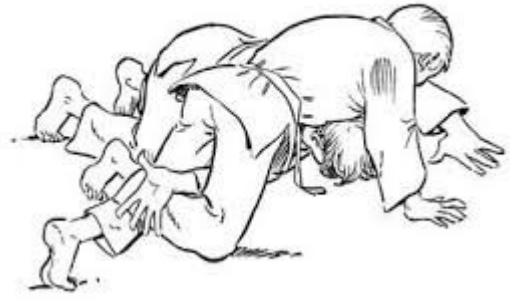
CLÉ EN
HYPEREXTENSION
À L'AISSELLE



HARA-GATAME
CLÉ EN HYPEREXTENSION
PAR LE VENTRE



HIZA-GATAME
CLÉ EN HYPEREXTENSION À L'AIDE
DU GENOU



ASHI-GATAME
CLÉ EN HYPEREXTENSION À L'AIDE
DE LA JAMBE



SANKAKU-GATAME
CLÉ EN HYPEREXTENSION EN
TRIANGLE