



Le 9^e MOUVEMENT DE BASE ENCHAÎNÉ



BASE ENCHAÎNÉE 9



F/ SAISIE D'1 REVERS À 1 MAIN
ERI DORI



ESQ EXT AV à 45°, frappe « patte d'ours » + tranchant creux du coude 1
Yori ashi, hidari han tai sabaki, migi jodan gyaku shita teisho + hidari shuto uchi



Saisie du poignet à 2 mains, rotation vers la D 2
Migi ryo kote dori



Contrôle du poignet contre le buste et CLÉ DE BASE 3
Migi kote hineri, tate kote osae



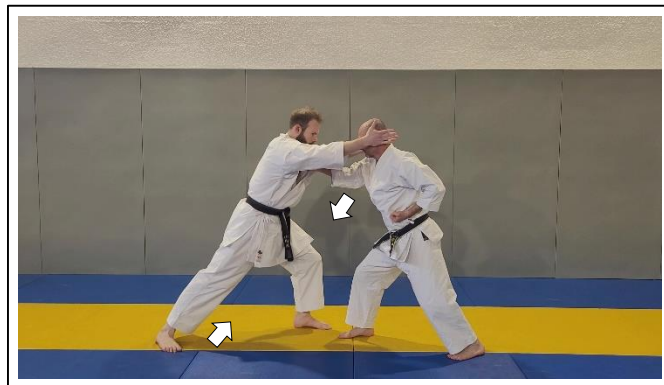
Plier le BD avec tranchant main G 4
Hidari seiryuto uchi

BASE ENCHAÎNÉE 9



Remettre les hanches de face
Koshi o shomen

5



Saisir de la tête à 2 mains
Atama hiki

6



ATEMI DE BASE
Migi jodan hiza geri

7



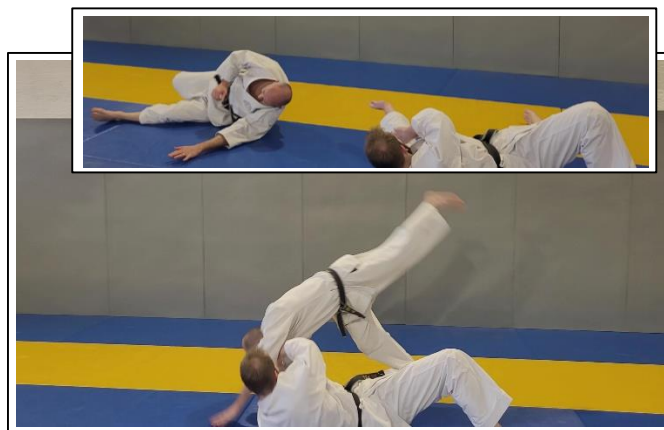
Saisie revers main D, traction
Migi te de eri o dori

8



Descendre sur la fesse G en gardant JG tendue
Hidari te de hiji o dori

9



PROJECTION DE BASE
Hidari yoko otoshi

10