

Sasae Tsuru Komi Ashi - 支釣込足

Blocage du pied en pèchant -- Propping and drawing ankle throw

Description:

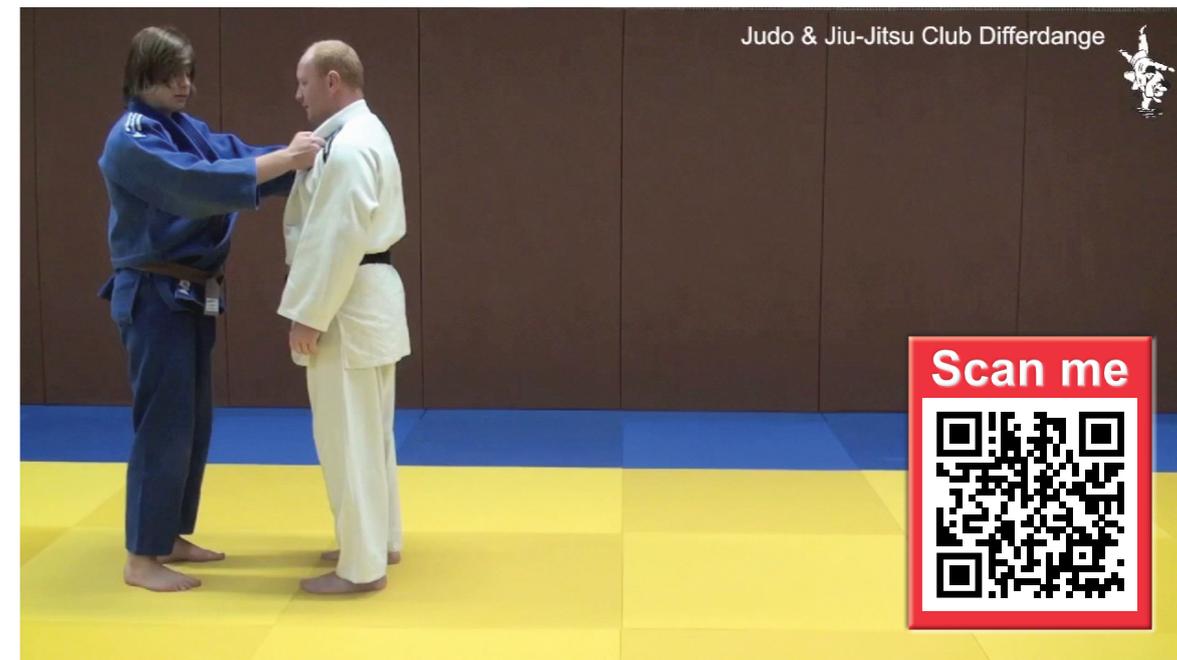
C'est une technique de jambe (Ashi-Waza) de petite amplitude. Il s'agit de bloquer la cheville d'Uke et de le déséquilibrer sur son avancement.

Les principaux points techniques:

1. Les concepts de Hiza-Guruma et Sasae-Tsuru-Komi-Ashi sont semblables, la différence consiste dans le placement du pied agissant.
2. Tori met la semelle du pied agissant sur l'extérieur de la cheville de Uke et bloque son pied, puis
3. dans une action circulaire de la main en la commençant par un mouvement brusque, le tourne dans un mouvement de grand pas en avant,
4. le jette en avant pour le faire atterrir sur le dos.

Classification: **Nage-Waza**

Sous-classification : **Ashi-Waza**



Scan me

