

# Sukui Nage - 掬い投

*projection en cuillère -- Scoop throw*

**Description:**

**Les principaux points techniques:**

Dans Sukui-nage, Tori doit quitter le Kumi-kata pour aller:

- 1. Soit prendre les deux genoux par derrière pour les soulever en cuillère et ainsi faire tomber Uke en arrière;
- 2. Soit saisir le pantalon à l'emplacement des deux genoux d'Uke (mais dans ce cas-ci, il doit davantage se baisser pour avoir la puissance nécessaire à la technique);
- 3. Ou aller placer sa jambe derrière la plus proche d'Uke et positionner sa main derrière le genou de cette jambe pour le soulever.

Tori doit, après avoir positionné la main, se donner une poussée abdominale qui l'aidera à soulever Uke.

