

Tai Otoshi - 体落

Renversement du corps avec barrage -- Body drop

Description:

C'est une technique de bras (Te-Waza) de grande amplitude demandant peu de force. Elle consiste à rompre l'équilibre de l'adversaire en projetant l'adversaire au dessus de la jambe par une action des deux mains.

Les principaux points techniques:

1. Tori tire Uke et l'emmène hors de l'équilibre sur la pointe des pieds
2. Tori tire Uke vers le bas en positionnant sa jambe par un mouvement circulaire pour bloquer la jambe de Uke.
3. Tori jette Uke par dessus sa jambe par une action des deux mains.

Classification: **Nage-Waza**

Sous-classification : **Te-Waza**



Scan me

