

Kuzure Yoko Shio Gatame - 崩横四方固め

Variante du contrôle latéral des quatre coins - other side four quarter hold

Description:

C'est une technique d'immobilisation (Osae-Komi-Waza) au sol par le côté latéral. L'attaquant met sa main devant la tête de l'adversaire en tenant avec cette main la ceinture de l'adversaire et met l'autre main sous la jambe pour contrôler la manche.



Les principaux points techniques:

1. Tori se met en latéral à Uke
2. Tori met sa main sous la jambe de Uke en lui tenant la manche
3. Tori met l'autre main devant la tête de Uke en lui tenant la ceinture.
4. Il bloque Uke avec en exerçant de la pression sur le torse de Uke
5. Si Uke veut s'évader Tori peut mettre plus de poids sur Uke en écartant ses jambes



3



1 + 2



4