

3 - MAE-DORI-KUBI

Saisie à deux mains de face au cou



De face, Uke tente de saisir Tori à la gorge.



Tori saisit les manches de Uke (les pouces vers lui).



Tori pivote et déséquilibre Uke pour le projeter en Sode-tsurei-komi-goshi.



Tori garde la saisie de la manche de Uke et coiffe la main gauche de son adversaire pour contrôler le poignet.



Tout en gardant le contrôle du poignet de la main gauche, la main droite de Tori passe derrière le bras gauche de Uke pour le retourner sur le ventre.



Tori effectue Ude-garami en ramenant la main gauche de Uke dans son dos.

Tori contrôle du genou droit le bras de Uke.





Tori conclut par un atemi au niveau de la tête de Uke.

