

2 - YOKO-DORI

Saisie de côté en ceinturant les bras.



Uke avance et saisit de côté Tori avec les bras



Tori se dégage par un atemi du genou et projette Uke en O-Goshi.



Tori étire le bras de Uke (Uke se retrouve sur son côté gauche)



Tori pousse du pubis, en avançant la jambe gauche, pour amener Uke sur le ventre.



Tori contrôle le dos de uke du pied droit.



Tori conclut par une clef, Ude Gatame, en décalant le pied gauche vers l'avant gauche et en ramenant le bras de Uke, petit doigt vers lui.

