

3 - YOKO-DORI

Saisie de côté au cou.



Uke avance vers Tori et porte un atemi au niveau de la nuque de celui-ci.



Uke saisit la tête de Tori.

Tori porte un atemi au bas-ventre pour se dégager.



Tori saisit la main droite de Uke



Tori maintient la clef tout en pivotant sur sa gauche



Uke chute et Tori met en étirement le bras de Uke, en transférant le poids du corps sur la jambe gauche.



Tori maintient toujours la main de Uke et vient effectuer la clef en effectuant une traction de la main droite sur le coude.

