

KANSETSU WAZA

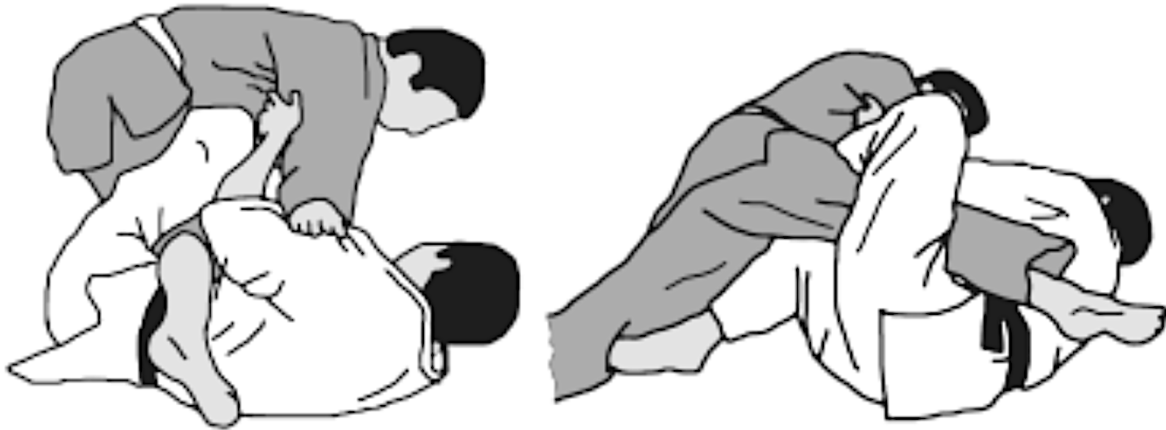
(technique de luxation)

Table des matières

ASHI GARAMI	2
ASHI GATAME	3
HARA GATAME	4
HIZA GATAME	5
JUJI GATAME	6
KANNUKI GATAME	7
SANKAKU GATAME	8
TE GATAME	9
UDE GARAMI	10
UDE GATAME	11
WAKI GATAME	12

ASHI GARAMI

(luxation par enroulement de la jambe)

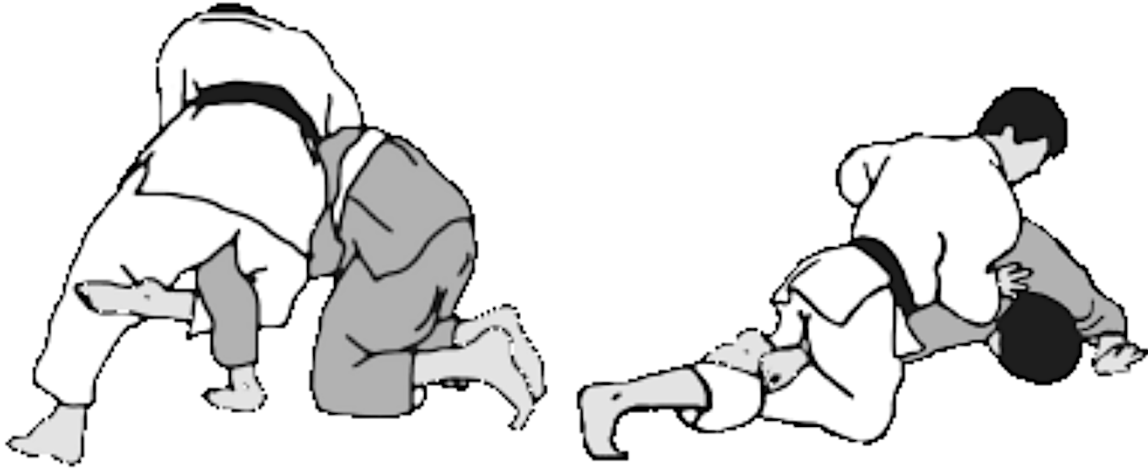


ASHI : jambe

GARAMI : enroulement

ASHI GATAME

(luxation du coude par la jambe)



ASHI : jambe

GATAME : contrôle

HARA GATAME

(luxation du coude par le ventre)

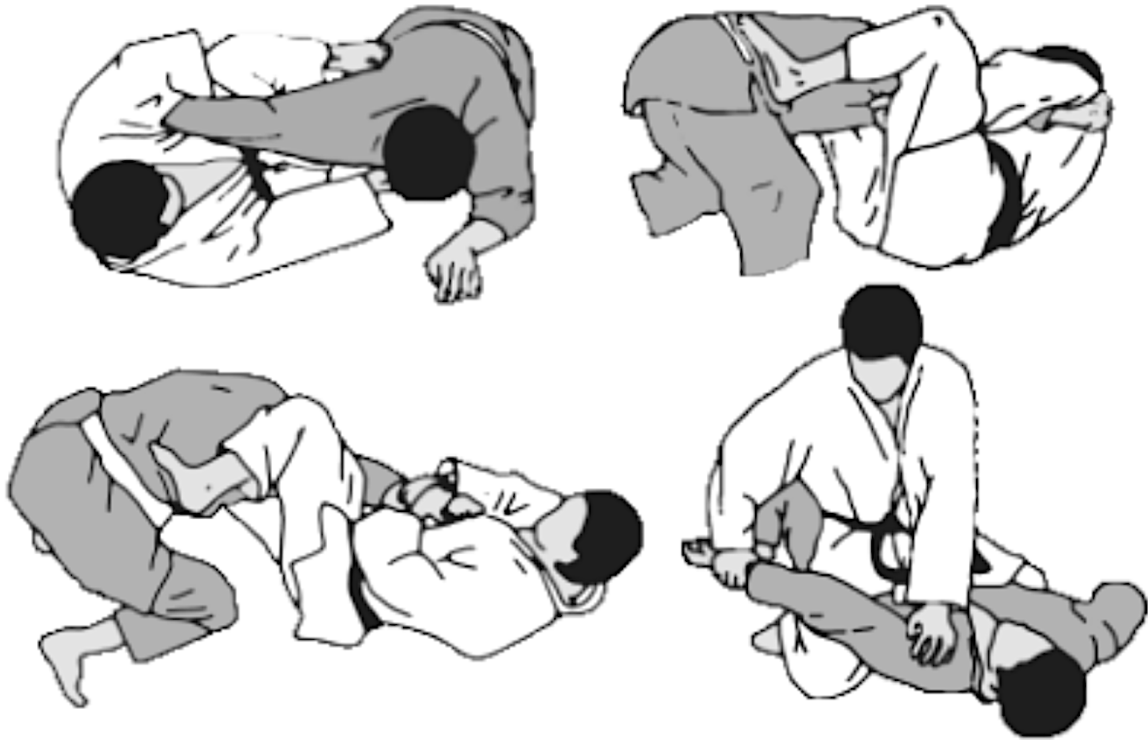


HARA : ventre

GATAME : contrôle

HIZA GATAME

(luxation du coude à l'aide du genou)

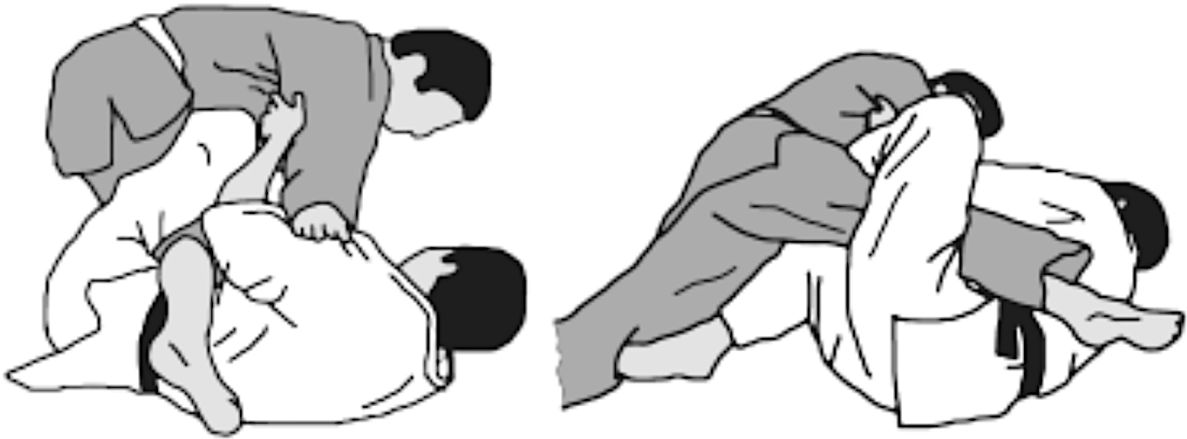


HIZA : genou

GATAME : contrôle

JUJI GATAME

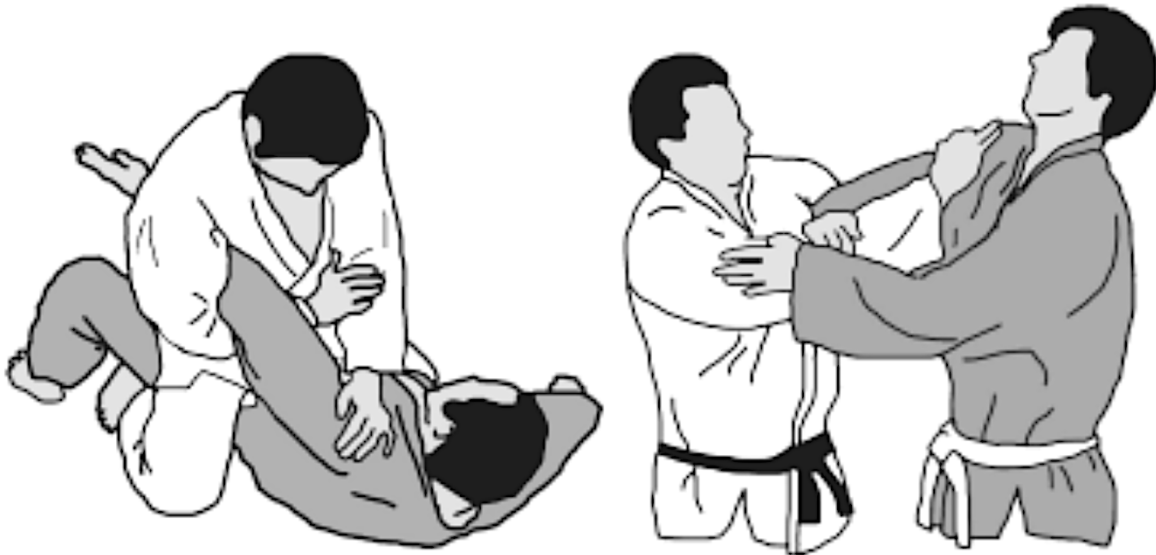
(luxation du coude en croix)



JUJI : croix
GATAME : contrôle

KANNUKI GATAME

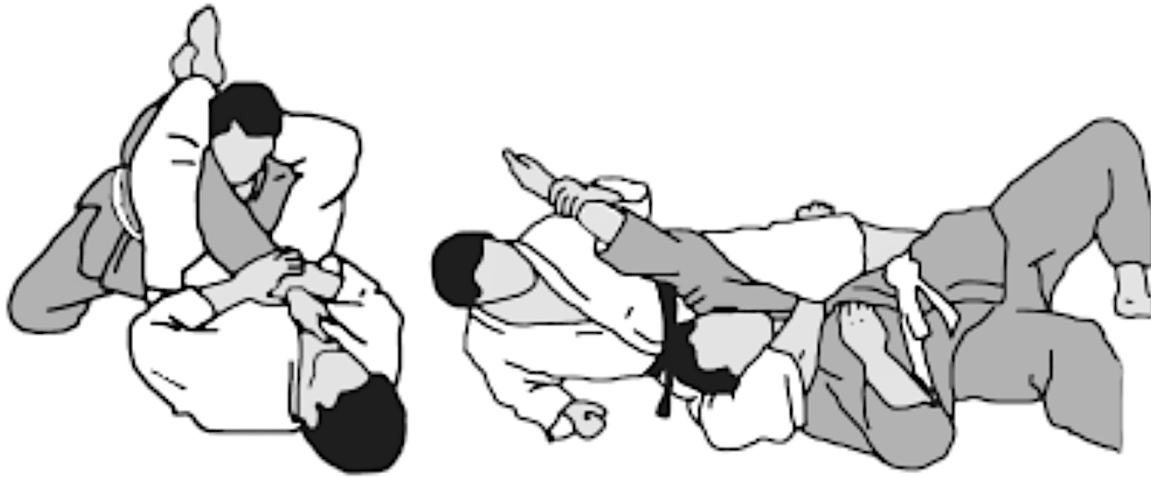
(blocage en travers)



KANNUKI : ...
GATAME : contrôle

SANKAKU GATAME

(luxation du coude en triangle)



SANKAKU : triangle

GATAME : contrôle

TE GATAME

(luxation du coude par le bras)



TE : main

GATAME : contrôle

UDE GARAMI

(luxation par enroulement du bras)



UDE : bras

GARAMI : enroulement

UDE GATAME

(luxation du coude par le bras)

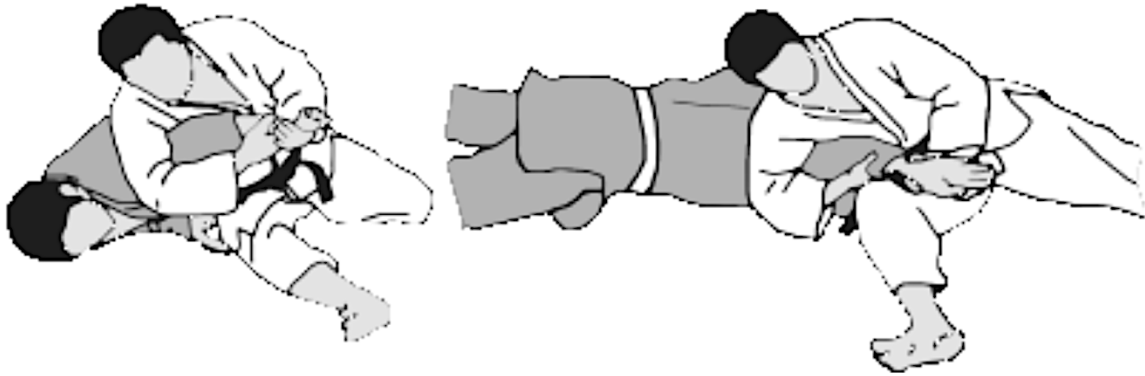


UDE : bras

GATAME : contrôle

WAKI GATAME

(luxation du coude par hyper-extension à l'aide de l'aisselle)



WAKI : aisselle

GATAME : contrôle