

# TACHIWAZA-Travail debout

## YOKOMEN UCHI KOTE GAESHI Omote



### Attaque: **YOKOMEN UCHI**

*Coup sur le côté de la tête*

YOKO:coté

MEN :tête

UCHI:Frapper

### Technique: **KOTE GAESHI**

*Enroulement du poignet sur lui même*

KO – TE :Petit – main

GAESHI :Torsion

OMOTE: direct de face ,positif



# TACHIWAZA-Travail debout

## YOKOMEN UCHI KOTE GAESHI

### Ura



#### Attaque: **YOKOMEN UCHI**

*Coup sur le côté de la tête*

**YOKO**:coté

**MEN** :tête

**UCHI**:Frapper

#### Technique: **KOTE GAESHI**

*Enroulement du poignet sur lui même*

**KO - TE** :Petit - main

**GAESHI** :Torsion

**URA**:dos, face caché ,négatif

