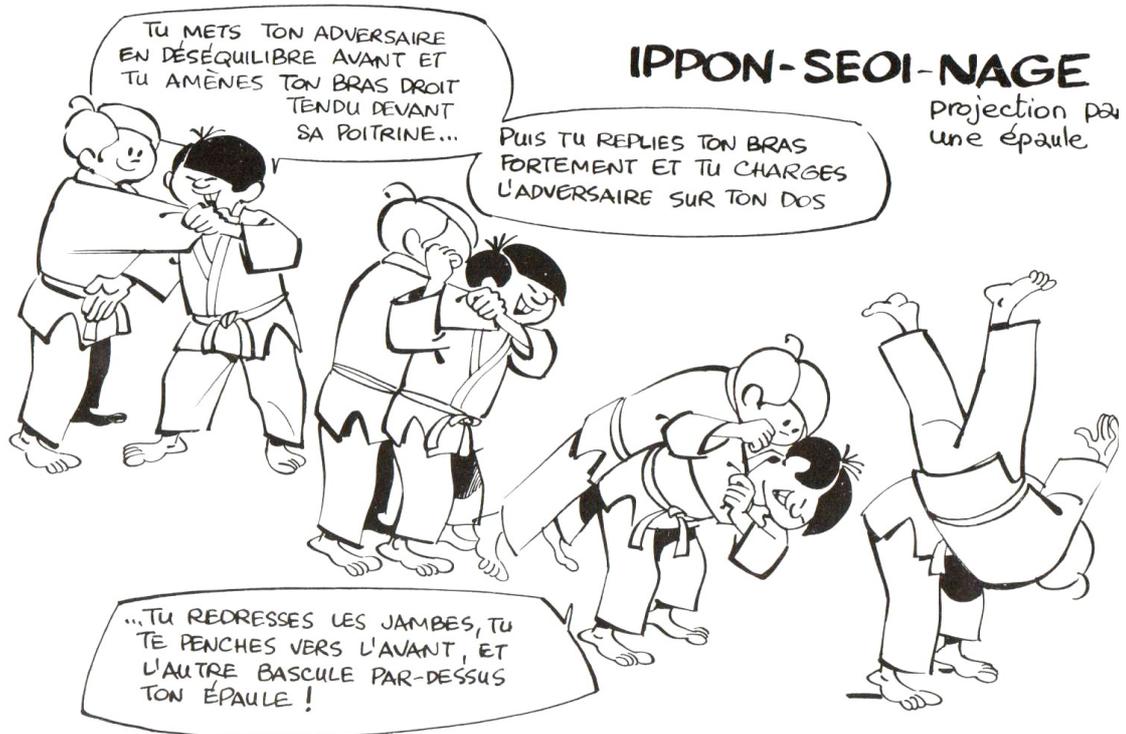


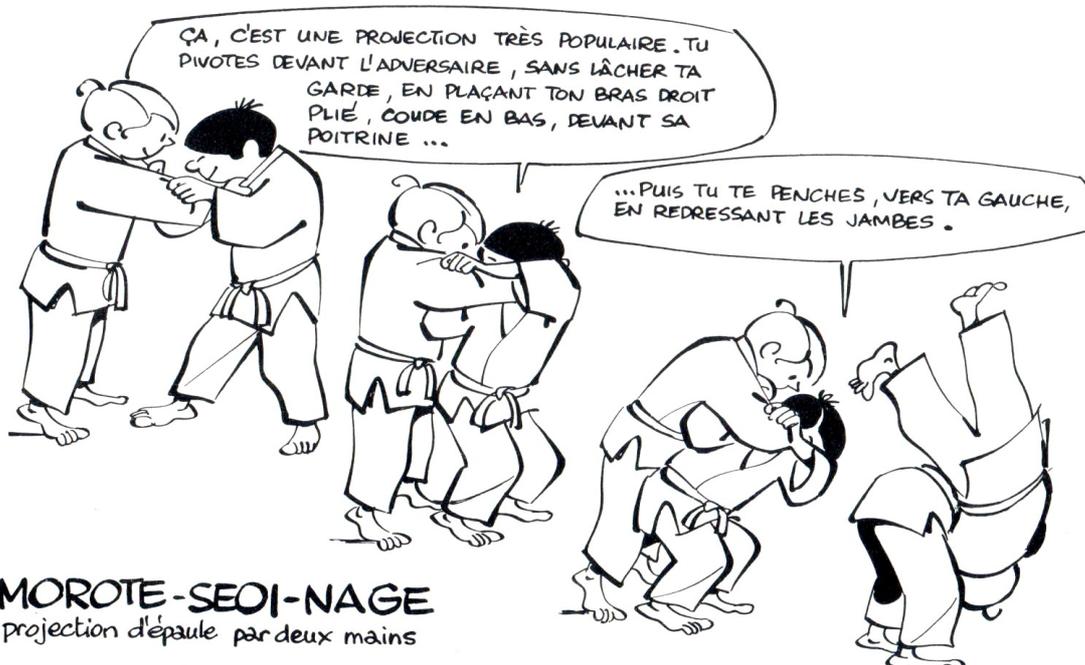
LES TECHNIQUES

IPPON SEOI NAGE et MOROTE SEOI NAGE

Tori, je suis brun...et j'attaque Uke avec Ippon Seoi Nage (Projection par une épaule)
Uke, je suis blond... et je chute sur l'avant...



Tori, je suis brun... et j'attaque Uke avec Morote Seoi Nage (Projection d'épaule par les deux mains)
Uke, je suis blond... et je chute sur l'avant...



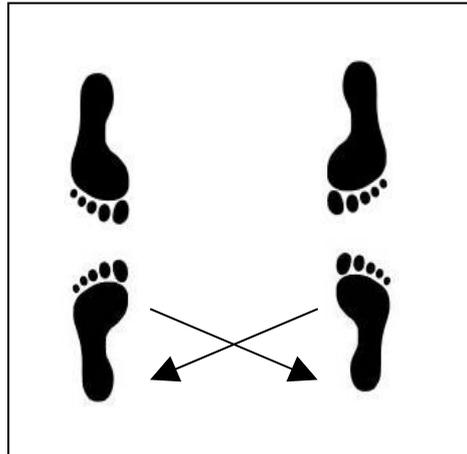
IPPON SEOI NAGE et MOROTE SEOI NAGE

(Projection par une épaule)

(Projection d'épaule par les 2 mains)

La base des pieds de UKE

Schéma N°1



La base des pieds de TORI

Schéma N°2

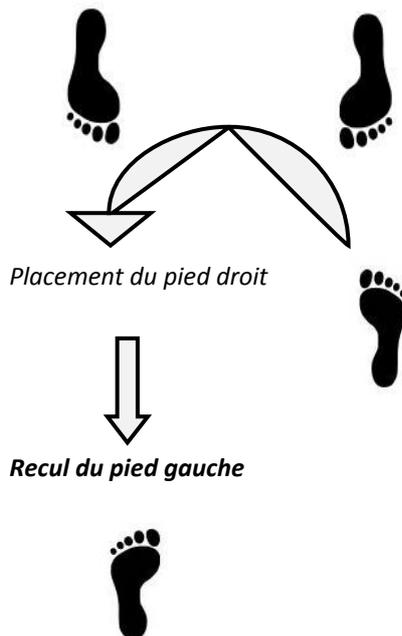


Schéma N°3

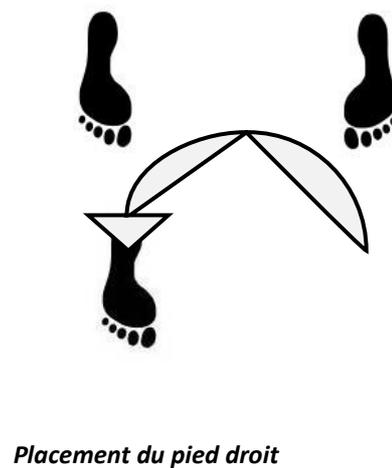


Schéma N°4

