

TECHNIQUE O SOTO GARI

*Tori, je suis blond... et j'attaque Uke avec O Soto gari (Grand fauchage extérieur)
Uke, je suis brun... et je chute sur l'arrière...*

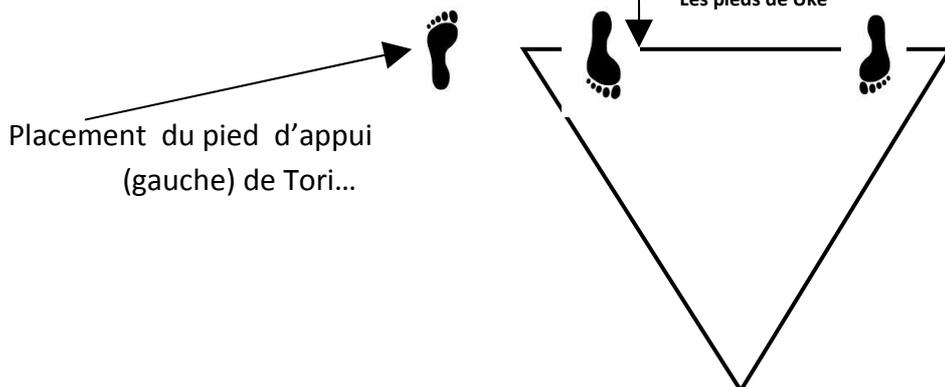
Dessins de Claude FRADET – Edition JUDO GI 1974



TU FAIS AVANCER L'ADVERSAIRE, DU PIED DROIT, ET TU LE FIXES BIEN SUR CE PIED. TU T'AVANCES SUR SON CÔTÉ ET EN LANÇANT TA JAMBE DROITE, TU FAUCHES LA SIENNE, TRÈS FORT !

O-SOTO-GARI grand fauchage extérieur

Tori lance la jambe droite , pied en extension
Derrière la jambe droite de Uke... Puis, il fauche...



Patrice BERTHOUX
6^{ème} dan – DESJEPS
BEES 2^{ème} degré
Licence STAPS
Professeur de sport