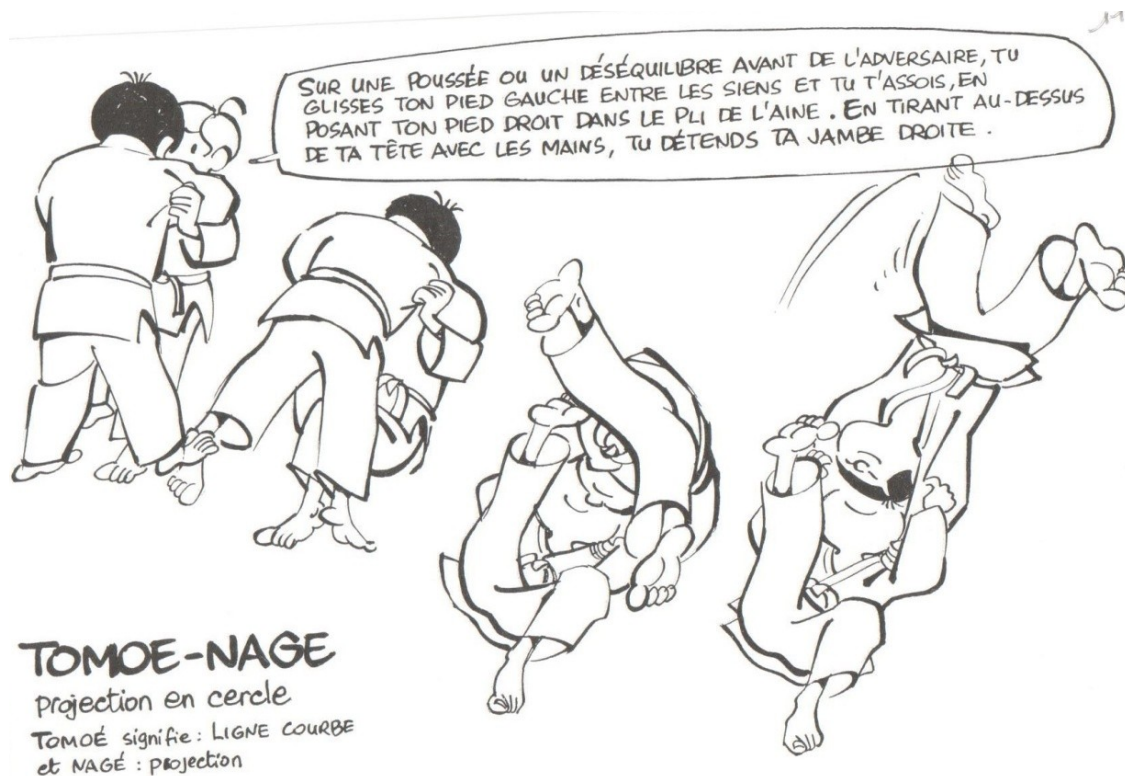


TECHNIQUE TOMOE NAGE

Tori, je suis blond...et j'attaque Uke avec Tomoe nage (Sutémi en cercle, technique de sacrifice)

Uke, je suis brun...et je chute sur l'avant...

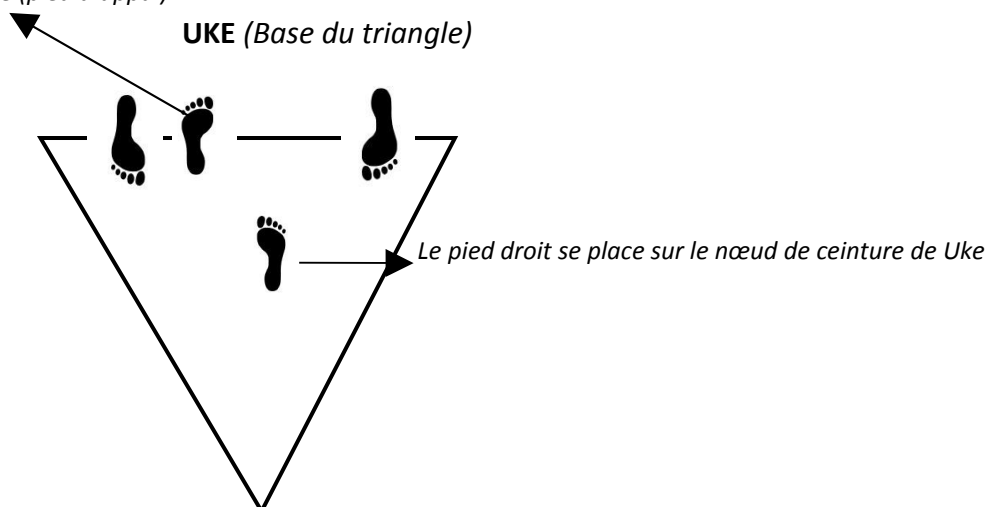


Dessins de Claude FRADET – Edition JUDO GI 1974

TOMOE NAGE

(Sutémi en cercle)

Placement du pied gauche de Uke (pied d'appui)



Tori doit amener Uke en rupture d'équilibre. Pour cela, il tire de sa main gauche la manche de Uke vers le haut : c'est-à-dire en « **HIKITE** »... De sa main droite, il tire et soulève Uke vers le haut au revers gauche : c'est-à-dire en « **TSURITE** »...