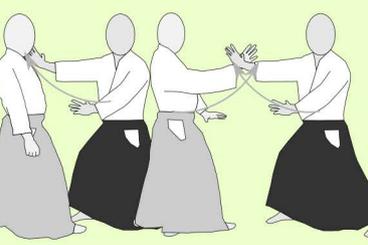
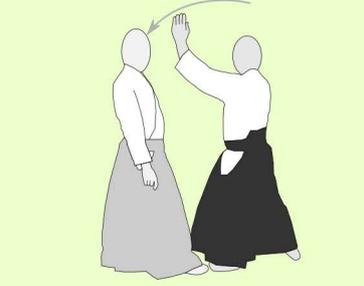
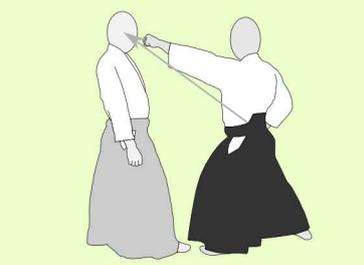
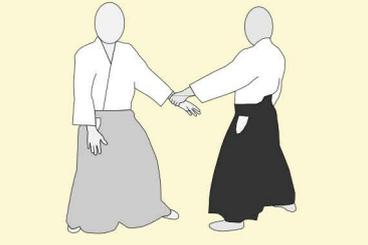
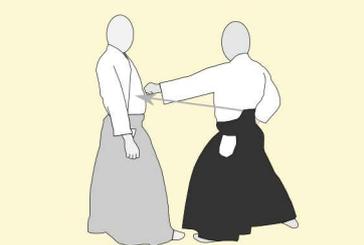
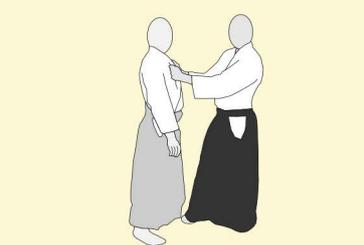
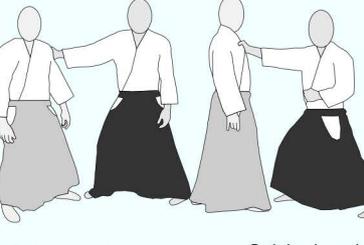
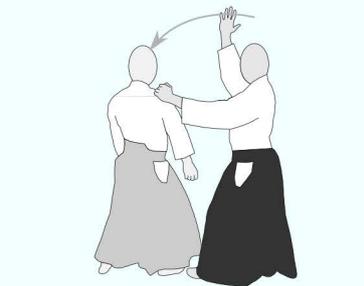
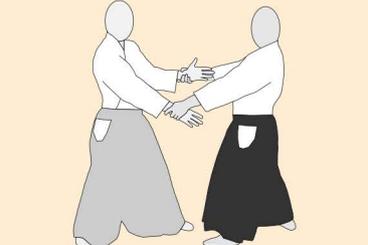
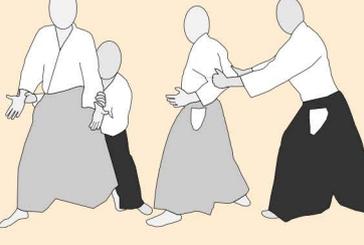
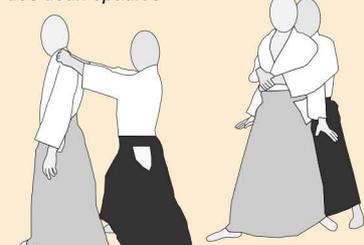
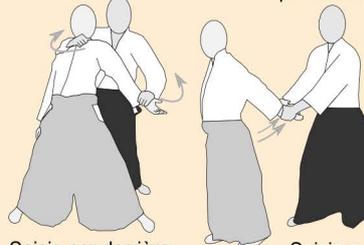


Systematique de l'Aïkido: les attaques de base par M. Ikeda

| | | | |
|---|--|--|--|
| <p>KIAWASE SHOMEN UCHI 気合せ正面打ち <i>frappe directe à la tête en union énergétique</i></p>  <p>Frappe du tranchant de la main dans le menton.</p> | <p>SHOMEN UCHI 正面打ち <i>frappe à la tête</i></p>  <p>Coup de haut en bas sur le haut de la tête avec le tranchant de la main.</p> | <p>YOKOMEN UCHI 横面打ち <i>frappe sur le côté de la tête</i></p>  <p>Coup latéral sur la tempe de haut en bas avec le tranchant de la main.</p> | <p>JODAN TSUKI 上段突き <i>coup de poing au niveau supérieur</i></p>  <p>Coup de poing au visage.</p> |
| <p>KATATE TORI AI HANMI 片手取り相半身 <i>saisie d'une main en se tenant de manière identique</i></p>  <p>Saisie du poignet de façon symétrique.</p> | <p>KATATE RYOTE TORI 片手両手取り <i>une main saisie à deux mains</i></p>  <p>Saisie d'un poignet à deux mains.</p> | <p>CHUDAN TSUKI 中段突き <i>coup de poing au niveau médian</i></p>  <p>Coup de poing au ventre.</p> | <p>RYO ERI TORI 両襟取り <i>double saisie du col</i></p>  <p>Saisie du col à deux mains.</p> |
| <p>KATATE TORI GYAKU HANMI 片手取り逆半身 <i>saisie d'une main en se tenant de manière inversée</i></p>  <p>Saisie miroir du poignet.</p> | <p>KATA TORI MUNE TORI 肩取り 胸取り <i>saisie de l'épaule</i> <i>saisie à la poitrine</i></p>  <p>Saisie du gi à l'épaule. Saisie du col par devant.</p> | <p>KATA TORI MENUCHI 肩取り面打ち <i>saisie de l'épaule frappe à la tête</i></p>  <p>Saisie de l'épaule et frappe simultanée à la tête avec le tranchant de la main.</p> | <p>MAE GERI 前蹴り <i>frappe du pied en avant</i></p>  <p>Coup de pied.</p> |
| <p>RYOTE TORI 両手取り <i>saisie des deux mains</i></p>  <p>Saisie des deux poignets.</p> | <p>USHIRO RYOTE TORI USHIRO HIJI TORI 後ろ両手取り 後ろ肘取り <i>saisie par derrière des deux mains</i> <i>saisie par derrière des deux coudes</i></p>  <p>Saisie par derrière des deux poignets.</p> | <p>USHIRO RYOKATA TORI USHIRO DAKI KAKAE 後ろ両肩取り 抱きかかえる <i>saisie par derrière des deux épaules</i> <i>enlacer par derrière</i></p>  <p>Enlacement par derrière à bras le corps.</p> | <p>USHIRO KUBI JIME USHIRO RYOTE HIKIAGE 後ろ首絞め 後ろ両手引き上げ <i>étranglement par derrière</i> <i>lever les deux mains par derrière</i></p>  <p>Saisie par derrière au col et au poignet en étranglant. Saisie par derrière des deux mains en levant.</p> |