

Technische Kaart

Sode Tsuru Komi Goshi

Eric Veulemans • 7de Dan, Technisch Directeur Vlaamse Judofederatie

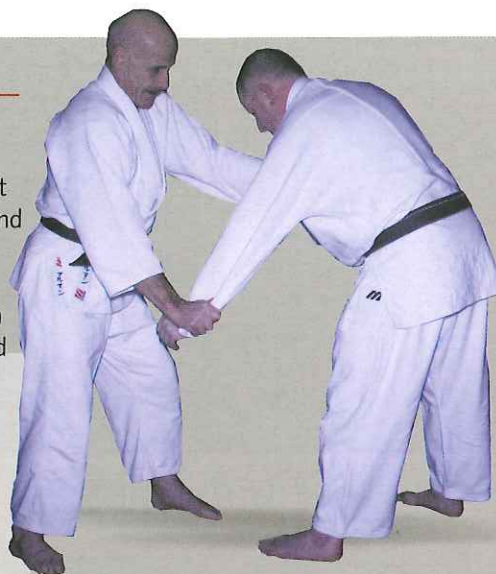
1

Tori en Uke in linkse positie met linkse greep



2

Tori trekt met de rechterhand neerwaarts en verbreekt de greep van de linkerhand van Uke



Uke tracht terug opwaarts te komen met de linkerhand om weer kumi kata te nemen
Tori duwt de linkerarm van Uke opwaarts

3



4

Tori wentelt voorwaarts in op uke en schuift de rechterheup naar de buik van Uke



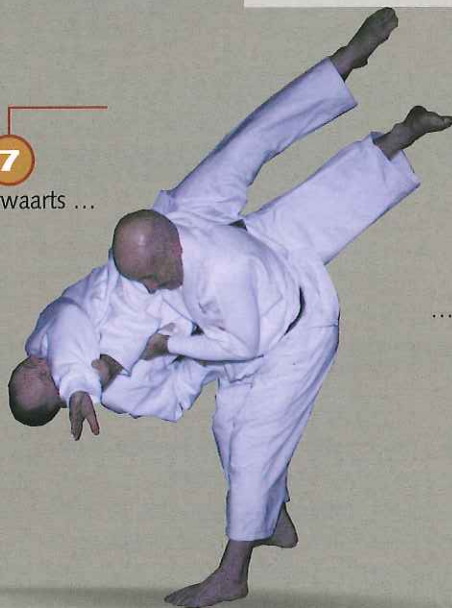
5

Tori haalt uke voorwaarts uit evenwicht, duwt de linkerarm van uke vooropwaarts en maakt een goed heup-contact met de rechterheup



7

Tori tilt Uke en buigt de romp voorwaarts ...



6

... en werpt Uke naar de mate



Technische Kaart

Aanval op grond naar Katate Jime

Eric Veulemans • 7de Dan, Technisch Directeur Vlaamse Judofederatie

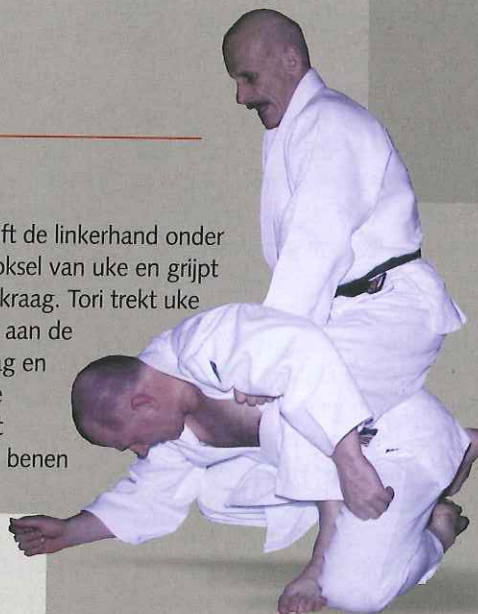
1

Uke in verdediging op vier punten. Tori achterop uke met de linkervoet voorwaarts



2

Tori schuift de linkerhand onder de linkeroksel van uke en grijpt de linker kraag. Tori trekt uke opwaarts aan de linker kraag en schuift de linkervoet tussen de benen van uke



3

Tori schuift het rechterbeen over de rechter-schouder van uke en draait naar de rechter-zijde



4

Tori haakt met de rechtervoet de rechterarm van uke, controleert met de linkervoet de linker dij van uke en zet de linkerarm van uke vast tegen de borst met linker kraag.



5

Tori lift de borst, grijpt met de rechterhand naar de rechterkraag van uke met de duim in de kraag



6

Tori zet katate jime aan al drukkend met de rechterpols.