

# Technische Kaart

WIESLACH BLACH - TOPTRAINER VJF

## KATATE-JIME



1

Uk verdedigt in vierpuntensteun, Tori doet een aanval van aan de achterzijde en neemt controle met het rechterbeen in de lies van Uke. Beide handen grijpen onderaan de vest van uke vast.



2

Tori stapt met de linker-voet rugwaarts naar de rechterzijde van Uke en controleert de rug van Uke door te drukken met beide armen

3

Tori vervolgt zijn draibeweging en gaat op de rechterzijde langs Uke liggen. Hierbij creëert hij een voldoende opening tussen de handen.



4

Uke valt aan en richt zich op om Tori in houdgreep te nemen, waarop Tori zich onmiddellijk dwars ten opzichte van Uke verplaatst. De onderzijde van de vest van Uke controleert in de nek.



5

Tori vervolgt de wurging door een voorwaartse verplaatsing, draaiend op de linkerzijde.



# Technische Kaart

WIESLACH BLACH - TOPTRAINER VJF

IPPON-SEOI-NAGE

1

Uke neemt met de rechterhand kumi kata hoog in de kraag van Tori en controleert de schouder. Tori houdt de rechterkraag met de linkerhand onder de controle van Uke door.



2

Tori duwt zich met beide handen af tegen de borst van Uke en neemt met rugwaartse verplaatsing afstand van Uke.



4

Tori verbreekt de controle en richt zich op



3

Tori draait de linkerarm opwaarts en neemt met de rechterhand controle aan de rechterelleboog van Uke



5

Op reactie van Uke valt tori aan met een rechtse uitvoering van ippon-seoi-nage

