

## Yoko-gake

door Catherine Jacques

**1** Tori doet een schijnaanval van een heupworp links



**2**

Uke reageert met een voorwaartse verplaatsing van de rechervoet en een draai naar links



**3**

Tori plaatst de linkervoet achter de rechter van uke en haakt met het linkerbeen achter het rechterbeen van Uke



**4**

Tori trekt Uke goed tegen de linker zijde



**5**

Tori trekt uke achterwaarts en heft met het linkerbeen



**6**

Tori valt naar de linkerzijde en draait onmiddellijk naar uke toe. Tori werpt uke en draait verder naar houdgreep kesa-gatame. Tori draait verder naar houdgreep.

