

DÉ TACHI-WAZA #1

Jette le dé,
essaye de faire ce qui est indiqué!
en prenant soin de Uke!
(pas de chute hors d'un tapis!

Un p'tit coup de pouce...!
(si besoin!)

1. «la cuillère»
2. «le barrage»
3. «le voleur de portefeuille»
4. «le pas de géant»
5. «l'abeille»
6. «le compas»

Tori = celui qui fait l'action
Uke = celui qui subit l'action

Le partenaire peut se laisser
plus ou moins faire,
faire des uchi komi...
à vous de fixer la règle!



JUDO
J'♥ ÇA !

