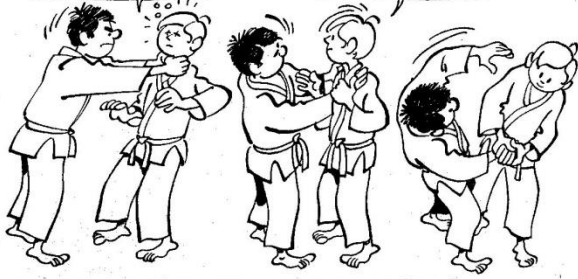


# JUJITSU Défenses sur Etranglements

L'AGRESSEUR ESSAYANT DE M'ÉTRANGLER EN ME SERRANT LE COU A DEUX MAINS, JE TOURNE LA TÊTE DE CÔTÉ ET JE SAISIS UNE MAIN PAR L'EXTÉRIEUR, MON POUCE SUR LE DESSUS...

... JE PASSE L'AUTRE ENTRE SES BRAS POUR L'APPLIQUER ÉGALEMENT SUR SA MAIN, SYMÉTRIQUEMENT ET JE LA RETOURNE EN TORSION, VERS L'EXTÉRIEUR.



16 DÉFENSE CONTRE SAISIE DES DEUX MAINS A LA GORGE par torsion de la main.

L'ADVERSAIRE ME SAISISANT DES DEUX MAINS A LA GORGE, JE TOURNE LA TÊTE SUR LE CÔTÉ ET, PASSANT PAR-DESSUS SES DEUX BRAS, JE VIENS SAISIR SA MAIN EXTÉRIEURE, POUCE SUR LE DESSUS, DOIGTS...

... SOUS LA PALME. JE RETOURNE SA MAIN VERS LE HAUT EN LA SOULEVANT, PUIS JE LA PRENDS ÉGALEMENT AVEC MON AUTRE MAIN, SYMÉTRIQUEMENT. JE FORCE L'ADVERSAIRE A SE BAISSER ET JE LUI PORTE UN ATÉMI DU PIED AU VISAGE.



17 DÉFENSE CONTRE SAISIE DES DEUX MAINS A LA GORGE par torsion de la main et atémi du pied.

L'ADVERSAIRE ME PRENANT A LA GORGE A DEUX MAINS, JE SAISIS SES MANCHES ET JE ME TOURNE SOUS LUI POUR LE PROJETER AVEC SODE-TSURI-KOMI-GOSHI...

SI L'ADVERSAIRE EST PLUS GRAND QUE SOI, OU S'IL SE TIEN TROP PRÈS, ON L'ÉLOIGNE SOIT AVEC UN ATÉMI DU PIED, SOIT UN ATÉMI DU GENOU AU BAG-VENTRE



DÉFENSE CONTRE SAISIE A LA GORGE, par Sode-tsurikomi-goshi

L'ADVERSAIRE M'ATTAQUE DE FACE, EN ME SAISISANT DES DEUX MAINS A LA GORGE ET EN ME POUSSANT. JE PRENDS IMMÉDIATEMENT SES DEUX MANCHES ET JE LE TIRE POUR LE DÉSEQUILIBRER...

... JE ME JETTE ALORS SOUS LUI EN PLAÇANT MON PIED SUR SON AINE ET JE LE PROJETTE AVEC TOMOE-NAGE.

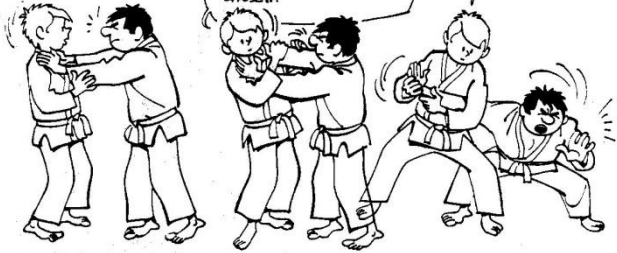


10 DÉFENSE CONTRE SAISIE A LA GORGE par tomoe-nage

MON AGRESSEUR ESSAIE DE M'ÉTRANGLER EN ME SAISISANT DES DEUX MAINS A LA GORGE...

... JE FINS PIVOETER MA TÊTE ET MES ÉPAULES ET, EN PLAÇANT UN BRAS AU-DESSUS DES SIENS, JE VIENS PRENDRE SON POIGNET OPPOSÉ...

... MON AUTRE MAIN VIENT AUYER SUR L'ARTICULATION DE SON COU. J'AGIS AINSI SUR TOUT SON BRAS. JE CONTINUE A TOURNER, J'AVANCE UNE JAMBE DEVANT LUI ET JE TERMINE EN WAKI-GATAME.



19 SUR SAISIE A LA GORGE, DE FACE, défense par waki-gatame