





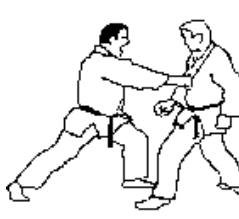















# LES 20 ATTAQUES

SERIE A	SERIE B	SERIE C	SERIE D
Saisies avec les mains	Saisies avec les Bras	Coups	Coups avec armes
			
<b>1 Katate Dori</b> Saisie du poignet à 2 mains	<b>1 Mae Dori</b> Saisie de face en ceinturant sous les bras	<b>1 Yodan Oi Tsuki</b> Coup de poing direct haut	<b>1 Naname Tsuki</b> Piqué avec couteau de haut en bas
			
<b>2 Eri Dori</b> Saisie croisée du revers	<b>2 Yoko Dori</b> Saisie de côté en ceinturant les bras	<b>2 Gyaku Tsuki Shudan</b> Coup de poing direct (plexus)	<b>2 Shudan Tsukkomi</b> Piqué de face avec couteau
			
<b>3 Mae Dori Kubi</b> Saisie à 2 mains de face au cou	<b>3 Yoko Dori</b> Saisie de côté au cou	<b>3 Yodan Naname Shuto</b> Attaque oblique du tranchant de la main	<b>3 Naname Uchi</b> Piqué avec couteau de biais en revers
			
<b>4 Yoko Dori Kubi</b> Saisie à 2 mains de côté au cou	<b>4 Mae Dori</b> Saisie de face au cou	<b>4 Shudan Mae Geri Keikomi</b> Coup de pied direct de face	<b>4 Kiri Komi</b> Attaque de haut en bas avec bâton court
			
<b>5 Yoko Sode Dori</b> Saisie de la manche de côté	<b>5 Hadaka Jime</b> Etranglement par l'arrière	<b>5 Shudan Mawashi Geri</b> Coup de pied circulaire	<b>5 Yoko Uchi</b> Attaque oblique à la tête au bâton court