



UCHI MATA GAESHI

(CONTRATTACCO ALLA FALCIATA INTERNA)

“contraccollo alla falciata interna della gamba” Contrattacco Uke che attacca in Uchi Mata. tecnica fuori Go-Kyo la cui peculiarità, sta nella scelta del momento per contrattaccare Uke, falciando la sua gamba di appoggio o sollevandolo e bloccandolo.

| | |
|--------------|-----------|
| CONTRATTACCO | 4 |
| SPECIFICO | UCHI MATA |
| DIFESA | NO |



KO UCHI GAESHI

(CONTRATTACCO ALLA PICCOLA FALCIATA INTERNA)

tecnica al di fuori del Go-Kyo che si traduce come “piccolo contrattacco interno”. Si tratta di una contromossa di Ko Uchi Gari eseguita con l’uso prevalente delle mani. Appartiene dunque al gruppo dei Te Waza (tecniche di mano).

| | |
|--------------|----------------------------|
| CONTRATTACCO | 2 |
| SPECIFICO | O/KO UCHI, DE ASHI, O SOTO |
| ATTACCO | 2 |



USHIRO GOSHI

(ANCATA ALL'INDIETRO)

tecnica di anca (Koshi Waza) che appartiene al quinto gruppo del Go Kyo (Dai Gokyo). Usata come contrattacco a proiezioni di anca, si caratterizza per la caduta molto violenta.

| | |
|--------------|------------------------------------|
| CONTRATTACCO | 2 |
| SPECIFICO | TUTTE LE PROIEZIONI D'ANCA (GOSHI) |



TSUBAME GAESHI

(CONTRATTACCO A RONDINE)

Tsubame Gaeshi, la cui traduzione è “contrattacco a rondine” è essenzialmente una contromossa a De Ashi Barai o a Okuri Ashi Barai.

| | |
|--------------|-------------------------------------|
| CONTRATTACCO | 2 |
| SPECIFICO | DE HASHI BARAI OKURI HASHI BARAI |



O SOTO GAESHI

(GRANDE CONTRATTACCO ESTERNO)

O Soto Gaeshi consiste nel contrattaccare Uke mentre attacca con O Soto Gari (grande falciata esterna). La sua peculiarità, sta nella scelta del momento per contrattaccare falciando la corrispondente gamba di Uke, all’indietro.

| | |
|--------------|-------------|
| CONTRATTACCO | 2 |
| SPECIFICO | O SOTO GARI |



O UCHI GAESHI

(CONTRATTACCO ALLA GRANDE FALCIATA INTERNA)

consiste nel contrattaccare Uke che esegue O Uchi Gari. Può essere eseguita falciando o schivando la corrispondente gamba di Uke.

| | |
|--------------|-------------|
| CONTRATTACCO | 2 |
| SPECIFICO | O UCHI GARI |



DIFESA YAWARA

(ASSECONDA L'ATTACCO)

La difesa yawara asseconda l’attacco dell’avversario.

In caso di vittoria di Uke, si può giocare una carta di attacco usufruendo del punteggio di attacco.

| | |
|---------|---|
| DIFESA | 2 |
| RERANKU | 2 |



DIFESA GO

(BLOCCA L'ATTACCO)

La difesa go blocca l’attacco dell’avversario.

In caso di vittoria di Uke, Tori ricomincia in attacco.

| | |
|---------|---|
| DIFESA | 3 |
| RERANKU | 0 |



DIFESA CHOWA

(SCHIVA L'ATTACCO)

La difesa chowa, schiva l’attacco dell’avversario.

In caso di vittoria di Uke, si può giocare una carta di attacco consecutiva usufruendo del punteggio reranku della carta d’attacco.

| | |
|---------|---|
| DIFESA | 2 |
| RERANKU | 2 |