

ТАЧИ ДОРИ

Перечень техник тачидори и тачисобаки ЯСУНО-ШИХАНА.

АТАКА ШОМЕН (ПРАВЯЯ НОГА ВПЕРЕДИ):

1. КОКЮ ОТОСИ (ИЗ КАШИМЫ ДЖИ СЕН С ПРОХОДОМ ВПЕРЕД)
2. КОКЮ ХО (УДАР ЛОКТЕМ В ЛИЦО КОРОТКИЙ ВХОД)
3. ИККЕ (АТЕМИ ЛЕВОЙ РУКОЙ ПРОХОД СЛЕВА)
4. УШИРО КУБИ СИМЭ
5. УДЕ КИМЕ НАГЕ (АТЕМИ ЛЕВОЙ РУКОЙ ПРОХОД СЛЕВА)
6. ШИХОНАГЕ ОМОТЭ , УРА (АТЕМИ ПРАВОЙ РУКОЙ ПРОХОД СПРАВА)

АТАКА ЕКОМЕН(ПРАВЯЯ НОГА ВПЕРЕДИ):

1. МАЙ ОТОСИ КОКЮ НАГЕ (ЗАЩИТА ПРАВОЙ РУКОЙ ПРОХОД СПИНОЙ СПРАВА)
2. ИККЕ (ЗАЩИТА ПРАВОЙ РУКОЙ ПРОХОД СПИНОЙ СПРАВА)
3. ШИХОНАГЕ (ЗАЩИТА ПРАВОЙ РУКОЙ ПРОХОД СПИНОЙ СПРАВА)
4. ИККЕ (ВХОД КОРОТКИЙ НА УРА)
5. ШИХОНАГЕ (ВХОД КОРОТКИЙ НА УРА)
6. КОТЕГАЕСИ (ВХОД КОРОТКИЙ НА УРА)

АТАКА ЦКИ (ПРАВЯЯ НОГА ВПЕРЕДИ):

1. МАЙ ОТОСИ КОКЮНАГЕ (ВХОД ПРЯМОЙ СПРАВА)
2. ШИХОГАГЕ (ВХОД ПРЯМОЙ СПРАВА)
3. ИККЕ (ВХОД ПРЯМОЙ СПРАВА)
4. СОТО КАЙТЕННАГЕ (ВХОД ПРЯМОЙ СПРАВА)

ТАЧИ САБАКИ

ХВАТ МОРОТЕ ДОРИ (ПРАВЯЯ НОГА ВПЕРЕДИ):

1. МАЙ ОТОСИ КОКЮНАГЕ (РУКА НА МЕЧЕ НЕ ОТПУСКАЕТСЯ)
2. УШИРО ОТОСИ (РУКА НА МЕЧЕ НЕ ОТПУСКАЕТСЯ)
3. КОКЮ-ХО (ВХОД ТЕНКАН С ПРИСЕДОМ ПОД ВЫНИМАНИЕ КЕНА)

ХВАТ КАТАТЕДОРИ (ПРАВЯЯ НОГА ВПЕРЕДИ):

1. МАЙ ОТОСИ КОКЮНАГЕ (ВХОД ТЕНКАН)
2. ИРИМИНАГЕ (СО СБИВОМ РУКИ РУКОЯДКОЙ КЕНА)
3. УШИРО ОТОСИ (РУКА НА МЕЧЕ НЕ ОТПУСКАЕТСЯ)
4. УЧИ КАЙТЕН ОТОСИ
5. КОКЮ-ХО (ВХОД ТЕНКАН С ПРИСЕДОМ ПОД ВЫНИМАНИЕ КЕНА)
6. КАЙТЕН НАГЕ (АТЕМИ ЛЕВОЙ РУКОЙ ДЕРЖА НОЖНЫ)
7. КОКЮНАГЕ (ТЕНКАН ШАГ НАЗАД ОТДАТЬ(ПОДАРИТЬ) РУКУ)

АТАКА ШОМЕН (ПРАВЯЯ НОГА ВПЕРЕДИ):

1. ИРИМИНАГЕ (ПРАВОЙ НОГОЙ ВЛЕВО ПОДШАГ СОДОСУРИ)
2. УШИРО ОТОСИ (ВХОД СПРАВА , УКОЛ ПРАВОЙ РУКОЙ С КЕНОМ В ЛЕВУЮ СТОРОНУ УКЕ ПОД ПЛАВАЮЩИЕ РЕБРА)
3. ИРИМИНАГЕ (ПРОХОД СЛЕВА , КРУГОВОЕ ДВИЖЕНИЕ КЕНА)
4. УШИРО ОТОСИ (ВХОД СПРАВА, КРУГОВОЕ ДВИЖЕНИЕ ПРАВОЙ РУКИ С КЕНОМ И УДАР КАШИРОЙ КЕНА В ЛИЦО)
5. УШИРО ОТОСИ (ВХОД СЛЕВА, СПИРАЛЕВИДНОЕ ДВИЖЕНИЕ ПРАВОЙ РУКИ С КЕНОМ И УДАР РУКОЯТКОЙ КЕНА В КЛЮЧИЦУ)