



空  
手  
の  
詳  
細

# ENERGIE KARATE-DO BRENOUILLE

## KARATE NO SHOSAI

*Les détails  
Du  
Karaté*

MAWATTE (DEMI-TOUR)

MAWATTE

回って

*Tournez*

Kanji	Lecture ON'YOMI Chinoise	Lecture KUN'YOMI Japonaise	Traduction
回	KAI, E	MAWA(RU), MAWA(SU), MAWA(RI), MAWA(SHI)	<i>Tourner, rotation</i>
回って	MAWATTE		<i>Tournez !</i>

### La technique

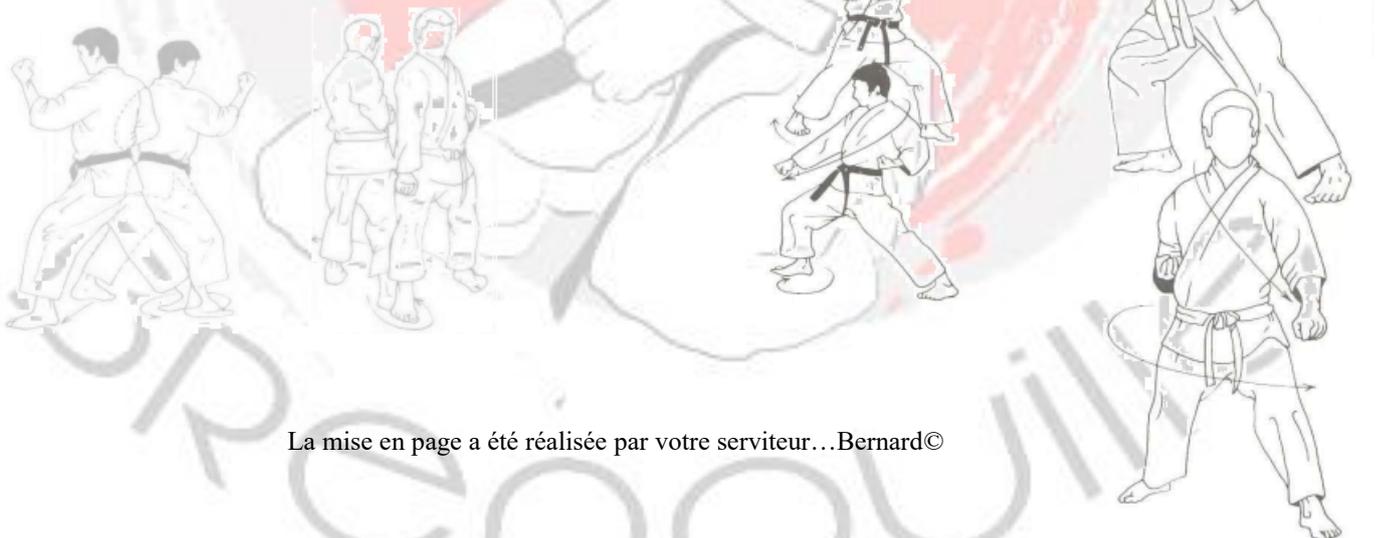
Elle consiste simplement à bloquer derrière soi en pivotant dans cette direction. Cette manière de faire conclut en général une série de techniques faites en KIHON (sur une ligne) et permet de repartir dans l'autre sens.

### Points clés

- Il faut tourner d'un bloc après avoir déplacé largement le pied arrière dans cette direction. Ce déplacement doit vous permettre de vous retrouver en position avant équilibrée, les pieds bien écartés.
- Lancez les hanches dans l'action. Il faut bloquer, en tournant, avec toute la force du ventre, et pas seulement du bras seul.
- Ne vous levez pas en tournant.

### Variantes

- On peut de même tourner avec n'importe quel autre blocage (par exemple SOTO UDE UKE ou JODAN AGE UKE) suivant le même principe.
- Il existe de nombreuses autres manières de pivoter. Ceci est la forme fondamentale, la plus facile.



La mise en page a été réalisée par votre serviteur...Bernard©