



空
手
の
詳
細

ENERGIE KARATE-DO BRENOUILLE

KARATE NO SHOSAI

*Les détails
Du
Karaté*

URAKEN UCHI (FRAPPE DU DOS DU POING)

URAKEN UCHI

裏拳打ち

Coup du revers de poing

Kanji	Lecture ON'YOMI Chinoise	Lecture KUN'YOMI Japonaise	Traduction
裏	RI	URA	<i>Dos, au milieu de, dans, sens inverse, à l'intérieur, paume, arrière, mauvais côté</i>
拳	KEN, GEN	KOBUSHI	<i>Poing</i>
打	DA, DASU	U(TSU), U(CHI-), BU(TSU)	<i>Coup, frappe</i>
裏拳打ち	URAKEN UCHI		<i>Frappe du dos du poing</i>

La technique

Elle existe essentiellement sous deux formes :

— Mouvement vertical, de haut en bas : on frappe l'adversaire sur la tête en faisant tourner le poing comme un marteau d'arrière en avant et de haut en bas. Le poing arrive phalanges vers le haut.

— Mouvement horizontal, de l'intérieur vers l'extérieur : on frappe l'adversaire latéralement en propulsant le poing comme une masse vers l'extérieur. Le poing arrive pouce vers le haut. On frappe avec les KENTO.

Points clés

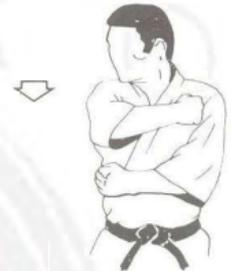
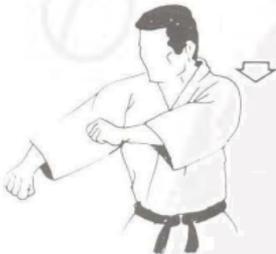
— Notez que le poing est armé loin en arrière avant de frapper.

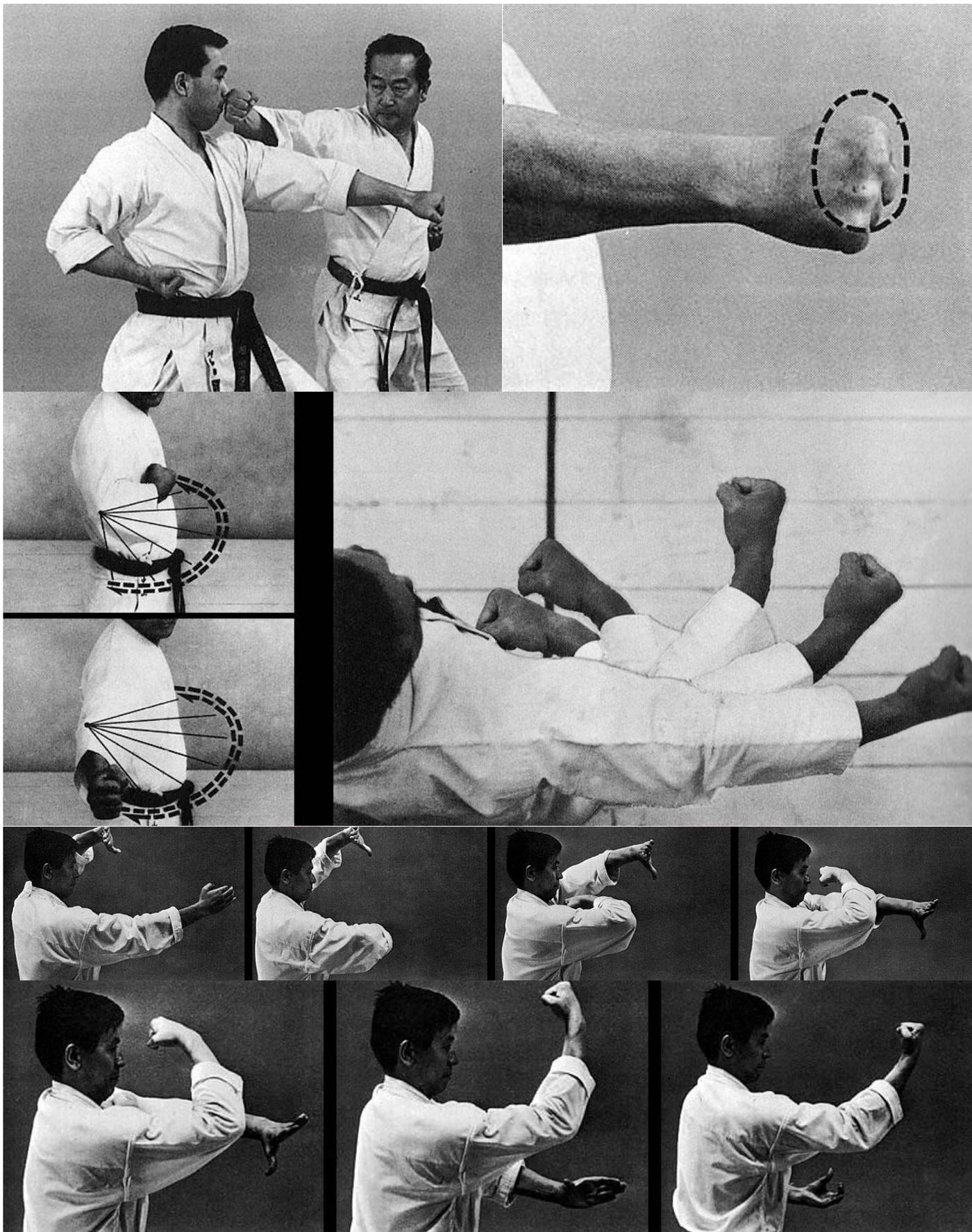
— L'autre poing fait HIKITE.

— Le coude joue le rôle de pivot. Dans les deux techniques, il reste toujours un peu plié.

Variantes

On frappe aux trois niveaux. Au niveau CHUDAN, le poing est à la hauteur de l'épaule.





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