



- ▶ **Uke** est allongé sur le dos, **Tori** se positionne sur le côté gauche d'**Uke**.
- ▶ **Tori** saisit le bras gauche d'**Uke** avec sa main droite et l'enveloppe avec son bras gauche.
- ▶ **Tori** s'assied sur sa fesse gauche et entoure la tête d'**Uke** avec son bras gauche. Les jambes sont largement écartées. La jambe gauche est devant et le pied droit est en appui.
- ▶ Le pouce gauche de **Tori** est dans le col d'**Uke**.
- ▶ **Tori** tient fermement la manche, il appuie sur la cage thoracique d'**Uke** et balaie légèrement la tête.

- ▶ Pour un meilleur contrôle du bras, **Tori** coince la main sous son aisselle et saisit fermement la manche d'**Uke** au-dessus du coude. Cette action, combinée avec le pied droit en appui, augmente la pression au niveau des côtes d'**Uke**.
- ▶ Pour les enfants, au lieu de mettre le pouce gauche dans le col, la cuisse gauche vient au contact de l'épaule gauche d'**Uke** et la main gauche de **Tori** se pose sur sa cuisse. Cela permet un contrôle efficace et préserve le cou d'**Uke** !

