

STAGE NATIONAL DES FORMATEURS D'ARBITRAGE ET DES COMMISSAIRES SPORTIFS

BOULOURIS du 12 au 16 JUILLET 2011

Travail technique d'arbitrage

DEFINITION de la GARDE UNILATERALE

Garde unilatérale : Mains du même côté (voir photo). Dans la notion de garde unilatérale ni Tori, ni Uke ne peuvent attaquer dans les jambes. Ces 4 illustrations sont toutes « classées » dans les gardes unilatérales car elles n'offrent pas de possibilités d'attaque aux jambes.

SITUATIONS EN GARDE UNILATERALE (pas de possibilités d'attaque aux jambes)

