

## Obowiązują od stycznia 2011r.

### Ataki w Duo-Systemie

(Każdy atak może być wykonany lewą lub prawą ręką)

#### Grupa 1 Chwyty

(Każdy atak musi być poprzedzony przed atakiem)



Chwyty: Uke chwyta rękę Tori. Jedna ręka trzyma nadgarstek, druga przedramię.

Zamierzenie:

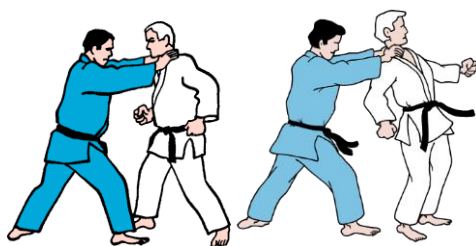
- Pchać lub ciągnąć.
- Kontrolować rękę Tori.
- Mobilizować obrońcę.



Chwyty: Uke chwyta ręką kołnierz Gi Tori.

Zamierzenie:

- Zbliżyć się do przeciwnika, aby wykonać inną akcję.
- Ciągnąć, pchnąć lub ustawić przeciwnika do mogącego nastąpić uderzenia.



Chwyty: Uke otacza od przodu lub od tyłu szyję Tori w celu wykonania duszenia.

Zamierzenie:

- Pchnięcie Tori w tył
- Ustawienie Tori

**(nowa)**



Chwyty: Uke otacza z boku szyję Tori w celu wykonania duszenia.

Zamierzenie:

- Pchnięcie lub ustawienie Tori



Chwyty: Uke atakuje Tori ręką z boku poprzez chwyt Gi w okolicach barku. Rodzaj uchwytu jest dowolny.

Zamierzenie:

- Ciągnięcie, pchnięcie lub ustawienie Tori.

**Ogólna uwaga:**

Dłonie i chwyt muszą być zamknięte.

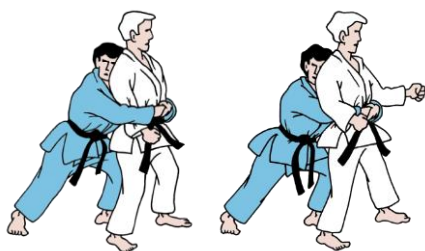
## Obowiązują od stycznia 2011r.

### Grupa 2 Objęcia i klucze na szyję (Każdy atak musi być poprzedzony przed atakiem)



Uke obejmuje Tori z przodu pod ramionami lub razem z ramionami. Głowa Uke opiera się na barku Tori.  
Przed atakiem Tori trzyma ramiona w naturalnej pozycji.

**(nowa)**



Uke obejmuje Tori z tyłu pod ramionami lub razem z ramionami. Głowa Uke opiera się na barku Tori.  
Przed atakiem Tori trzyma ramiona w naturalnej pozycji.

**(nowa)**



Uke obejmuje ramieniem z boku szyję Tori.

Zamierzenie:  
Duszenie lub przymierzanie się do zastosowania techniki rzutu.



Uke obejmuje ramieniem z przodu szyję Tori.

Zamierzenie:  
Duszenie lub przymierzanie się do zastosowania techniki rzutu.



Uke stosuje swoim ramieniem Hadaka-Jime.

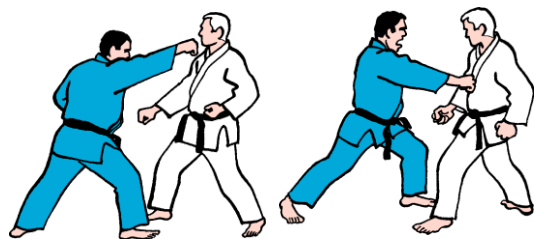
Zamierzenie:  
Duszenie lub pozbawienie równowagi.

**Ogólna uwaga:**

Dłonie i chwytaki muszą być zamknięte.

## Obowiązują od stycznia 2011r.

### Grupa 3 Uderzenia i kopnięcia (Każdy atak musi być poprzedzony przed atakiem)



Jodan lub Chudan Tsuki – uderzenie pięścią z przodu w głowę lub tułów.

Cel: Splot słoneczny, brzuch lub twarz.

**(nowa)**



Ago Tsuki (uderzenie wznoszące się) – uderzenie pięścią.

Cel: Broda, podbródek.

**(nowa)**



Mawashi Tsuki (Sierpowy) – uderzenie pięścią po okręgu.

Cel: Strona głowy Tori.

**(nowa)**



Mae Geri – kopnięcie nogą z przodu.

Cel: Splot słoneczny, brzuch.



Mawashi Geri – kopnięcie nogą po okręgu.

Cel: Splot słoneczny, brzuch.

Tori może zrobić krok do tyłu i lekko obrócić ciało.

#### Ogólna uwaga:

Atak musi być w stanie dosięgnąć Tori, jeśli on nie wykona zejścia.

Nie jest dozwolone zejście przed wykonaniem ataku. Tori musi reagować na atak.

## Obowiązują od stycznia 2011r.

### Grupa 4 Ataki z użyciem broni. (Każdy atak musi być poprzedzony przed atakiem)



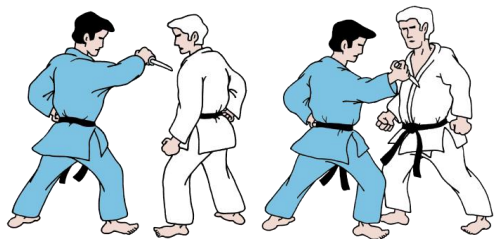
Atak nożem prosto z góry.

Cel: Podstawa szyi z lewej lub prawej strony Tori, tuż za obojczykiem.



Pchnięcie nożem z przodu.

Cel: Brzuch.



Atak nożem po okręgu na odlew, wymierzony w bok lub w dół po przekątnej.

Cel: Strona tułowia Tori.

**(nowa)**



Atak pałką prosto z góry.

Cel: Czubek głowy.



Atak pałką z zewnątrz, wymierzony w bok lub w dół po przekątnej.

Cel: Strona głowy Tori, skroń.

---

#### Ogólna uwaga:

Atak musi być w stanie dosięgnąć Tori, jeśli on nie wykona zejścia.

Tori musi mieć pełną kontrolę nad bronią podczas i po wykonaniu obrony.

---