



Freebudo a cura di Alessio Oltremari

## Hiza Guruma di Yoshimi Osawa 9' Dan Kodokan

Queste foto sono state scattate nel Novembre 1992, durante una spiegazione tenuta dal Maestro Osawa nel Dojo della Università di Waseda a Tokyo.

Tori : Yoshimi Osawa

Uke : Alessio Oltremari



Osawa esegue la tecnica mentre la gamba sinistra di Uke avanza da dietro. Osawa blocca la gamba di uke sopra il ginocchio sinistro e leggermente all'esterno. Il blocco avviene nel momento in cui le due gambe di Uke si trovano sulla stessa linea. Questo fa letteralmente inciampare Uke, che si ritrova squilibrato in avanti.



A questo punto la torsione del corpo di Osawa e il movimento rotatorio delle braccia staccano Uke dal suolo. Notare che la presa del Maestro controlla ambedue le maniche. Questo rende più efficace l'azione della mano sinistra del Maestro.



L'azione continua aprendo il corpo verso destra, lasciando lo spazio per cadere ad Uke e aumentando l'energia della tecnica grazie alla rotazione.



Nella fase finale Osawa controlla Uke indirizzando lo sguardo in direzione della caduta. Il Maestro blocca con la gamba destra il ginocchio di Uke solo all'inizio della tecnica, per un brevissimo istante. La tecnica del Maestro è molto efficace e ne risulta una forte caduta.