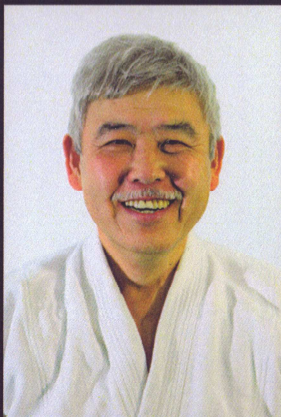


Le cinquième volume de la série best-seller de Toshiro Suga (7^{ème} dan) sur l'Aïkido. Après la présentation de sa pratique et ses recherches sur le travail du sabre dans le volume 1, le travail du jo dans le volume 2, les exercices traditionnels de préparation et le travail à genoux dans le volume 3, le travail debout, tachi waza dans le volume 4, ce sont les techniques sur les attaques arrières, ushiro waza qui nous sont présentées par maître Suga dans ce volume.



Chaque technique présentée fait l'objet de démonstration avec des ralentis et des explications précises et détaillées.

Un DVD indispensable pour tous les pratiquants désireux d'approfondir la connaissance de leur discipline.

Sommaire :

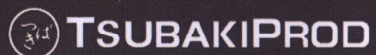
Les techniques présentées sont en rapport aux situations d'attaques Ushiro suivantes:

Ushiro Ryote Dori
Ushiro Katate Dori Kubi Jime
Ushiro Ryo Kata Dori

Ushiro Eri Dori
Hagai Jime

60 mn - Tous publics - Réservé à la vente - ©TsubakiProd - Tous droits réservés - 2013

Audio : Français - Sous-titres : Anglais



L'AÏKIDO - LA MAÎTRISE DE SOI - USHIRO WAZA

TOSHIRO SUGA VOL. 5

Toshiro Suga VOL 5

L'Aïkido - La Maîtrise de soi Ushiro Waza

