

Morote Gari

Morote Gari ou fauchage par les deux mains en Français, est une technique de projection de la famille des Te Waza (techniques de bras). Cette technique est apprise pour le passage de la ceinture Marron. Malheureusement le règlement d'arbitrage actuel ne permet plus de la faire en compétition.

C'est notamment grâce à cette technique que Cécile NOWAK a remporté son titre de Championne Olympique.

Morote-Gari

