

TSUBAMI-GAESHI



Si tratta di una tecnica fuori Go-Kyo

Questa tecnica prende il **nome** dal movimento ricordato dal “volo della rondine” (TSUBAMI); il termine GAESHI invece, com'è noto, significa “contrattacco, ribaltamento”, perciò questa tecnica consiste nel contrattaccare Uke - che attacca con una spazzata - spazzando con il proprio piede sx.

La sua **peculiarità**, sta nella scelta del momento per contrattaccare spazzando, e

perciò è opportuno eseguirla mentre Uke avanza.

Nella sua **esecuzione**, occorre che la difesa Chowa (“schivare”), venga effettuata non alzando la gamba, ma piegandola indietro, per poter essere pronti ad eseguire la spazzata. Essendo una tecnica che si esegue solo in forma di Kaeshi, nella fase dello Tsukuri, mentre la gamba sx spazzerà verso dx, le mani tireranno verso sx, accompagnando il busto di Uke nella caduta. Il risultato è una proiezione in cui Uke cade in modo molto semplice.

Nella fase finale, Tori, per recuperare equilibrio sposta in avanti la gamba sx.

Questa tecnica, come per tutti gli Ashi in cui si effettuano spazzate, richiede una perfetta scelta del tempo di esecuzione.*

* Ulteriori approfondimenti circa le modalità di esecuzione della tecnica e alcune opportunità in: *Capire il Judo*, di Otello Bisi; Mail: otello@bisibudo.net.