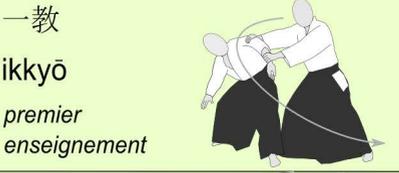
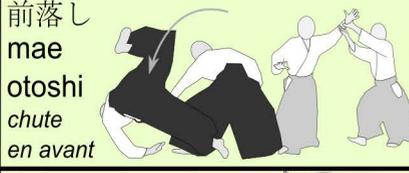
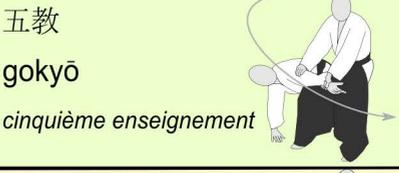
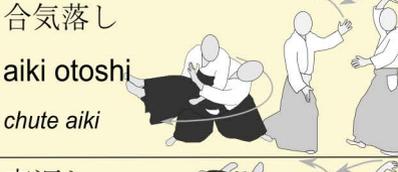
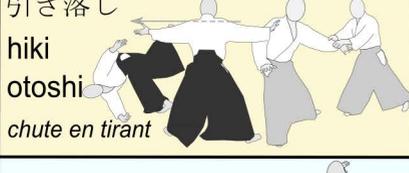
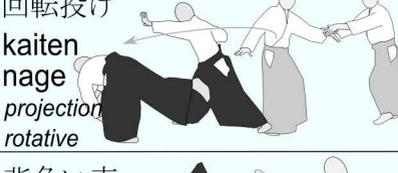
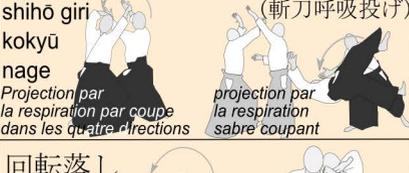
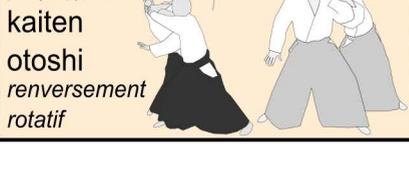


<p>打ちの理 uchi no ri</p> <p>principe de frappe</p> <p>水 misu eau</p>	<p>鳥船呼吸投げ (振り突き呼吸投げ) torifune kokyū nage (furizuki kokyū nage)</p> <p>projection par la respiration bateau-oiseau "rameur"</p> <p>projection par la respiration de la poussée circulaire</p> 	<p>隅落とし sumi otoshi</p> <p>chute par triangulation</p> 	<p>一教 ikkyō</p> <p>premier enseignement</p> 	<p>合気腰 aiki goshi</p> <p>projection aiki par le bassin</p> 
	<p>前落とし mae otoshi</p> <p>chute en avant</p> 	<p>十字絡み jyūji garami</p> <p>emmêlement noeud en croix</p> 	<p>五教 gokyō</p> <p>cinquième enseignement</p> 	<p>腰車 koshi guruma</p> <p>retournement autour du bassin</p> 
<p>抑えの理 osae no ri</p> <p>principe de contrôle</p> <p>土 tsu terre</p>	<p>玄形呼吸投げ genkei kokyū nage</p> <p>profonde forme de projection par la respiration</p> 	<p>小手返し kote gaeshi</p> <p>torsion du poignet</p> 	<p>二教 nikkyō</p> <p>deuxième enseignement</p> 	<p>合気落とし aiki otoshi</p> <p>chute aiki</p> 
	<p>引き落とし hiki otoshi</p> <p>chute en tirant</p> 	<p>腕絡み抑え ude garami osae</p> <p>contrôle par emmêlement du bras</p> 	<p>肘決め抑え hiji kime osae</p> <p>blocage par contrôle du coude</p> 	<p>車返し kuruma gaeshi</p> <p>retournement</p> 
<p>投げの理 nage no ri</p> <p>principe de projection</p> <p>風 hu air</p>	<p>天地投げ tenchi nage</p> <p>projection ciel-terre</p> 	<p>入身投げ irimi nage</p> <p>projection en entrant</p> 	<p>三教 sankyō</p> <p>troisième enseignement</p> 	<p>回転投げ kaiten nage</p> <p>projection rotative</p> 
	<p>切り落とし kiri otoshi</p> <p>chute en coupant</p> 	<p>首絞め kubi jime</p> <p>étranglement à la nuque</p> 	<p>内回転三教 uchi kaiten sankyō</p> <p>sankyo en tournant par l'intérieur</p> 	<p>背負い車 seoi guruma</p> <p>retournement par l'épaule</p> 
<p>斬の理 zan no ri</p> <p>principe de coupe</p> <p>火 ka feu</p>	<p>四方切り呼吸投げ (zanto kokyū nage) shihō giri kokyū nage (斬刀呼吸投げ)</p> <p>Projection par la respiration par coupe dans les quatre directions</p> <p>projection par la respiration sabre coupant</p> 	<p>四方投げ shihō nage</p> <p>projection dans les quatre directions</p> 	<p>四教 yonkyō</p> <p>quatrième enseignement</p> 	<p>腕決め投げ ude kime nage</p> <p>projection par blocage du bras</p> 
	<p>回転落とし kaiten otoshi</p> <p>renversement rotatif</p> 	<p>逆肘決め抑え gyaku hiji kime osae</p> <p>blocage par contrôle du coude retourné</p> 	<p>腕絡み(四教投げ) ude garami (yonkyō nage)</p> <p>emmêlement du bras</p> 	<p>手車 te guruma</p> <p>retournement par la main</p> 