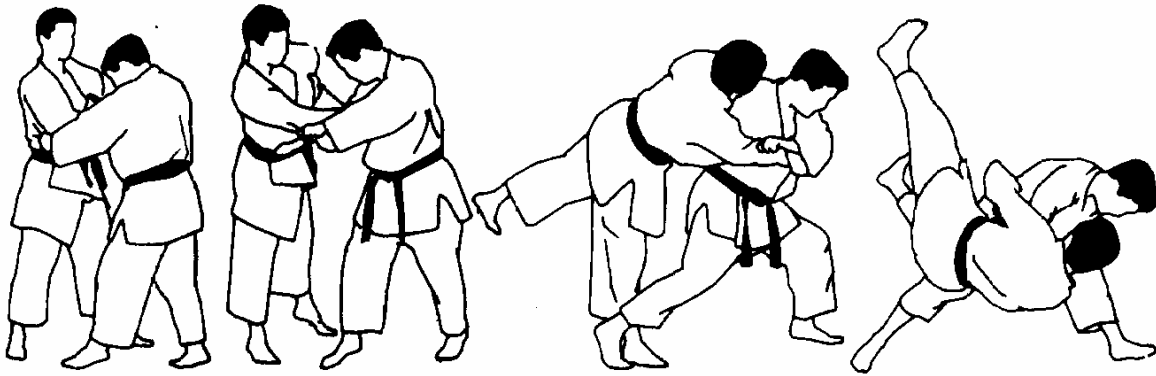


TAI-OTOSHI



Tai otoshi (体落)-bacanje koje je dio programa za 6 Kyu pojas (žuto-narančasti). Izuzetno je dobro prihvaćeno kod mladih judaša zbog svoje jednostavnosti i atraktivnosti. Dolazi iz skupine bacanja Te waza, odnosno ručnih bacanja. Na početku izvođenja Tai otoshia tori hvata kimono ukea jednom rukom za rever u visini ključne kosti, a drugom rukom za rukav u predjelu lakta. Uke je postavljen u nešto širi raskoračni stav. Ukeova se ravnoteža narušava povlačenjem prema naprijed-desno (kuzushi). Prvi se korak izvodi dijagonalno prema naprijed, bez ulaska u ukeovu oslonačnu površinu. Zatim slijedi okret prilikom kojeg se druga noga postavlja van projekcije ukeovih stopala. Na kraju se potkoljenica noge kojom smo započeli kretanje postavlja ispred ukeove potkoljenice (tsukuri). U završnoj poziciji tori se nalazi u dijagonalnom stavu, dok je uke izvan svoje ravnoteže na jednoj nozi. Za kraj tori rukama izvodi kontrolirano bacanje. Tai otoshi jedna je od 40 originalnih judo tehnika.