



ATTAQUES DIRECTES DE POING : TSUKI WAZA

CHOKU ZUKI : Coup de poing fondamental

GYAKU ZUKI : Coup de poing avec le bras inverse à la jambe avant

OÏ ZUKI ou **JUN ZUKI** : Coup de poing en poursuite avec un pas

MAETE ZUKI : Coup de poing avec le poing avant

KIZAMI ZUKI : Coup de poing avec le poing avant en effaçant le buste

NAGASHI ZUKI : Coup de poing avec le poing avant en esquivant

TATE ZUKI : Coup de poing avec le poing vertical

URA ZUKI : Coup de poing, paume tournée vers le haut

KAGI ZUKI : Coup de poing en crochet

MAWASHI ZUKI ou **FURI ZUKI** : Coup de poing circulaire

YAMA ZUKI : Coup de poing double, simultanément joDan et geDan

MOROTE ZUKI : Coup de poing double au même niveau

AGE ZUKI : Coup de poing remontant

NUKITE : Attaque directe en pique de main

IPPON NUKITE : Attaque directe en pique avec l'index

NIHON NUKITE : Attaque directe en pique avec l'index et le majeur

IPPON KEN : Attaque directe en pique avec 1^{ère} phalange index

NAKADA KEN : Attaque directe en pique avec 1^{ère} phalange du majeur

