



## TECHNIQUES DE PERCUSSION : UCHI WAZA

**URAKEN UCHI** : Attaque circulaire avec le dos du poing

**SHUTO UCHI** : Attaque circulaire avec le tranchant de la main

**TETSUI UCHI** : Attaque circulaire avec la main en marteau, éminence d'hypothénar

**ENPI UCHI** ou **HIJI UCHI** : Attaque avec le coude

**HAÏTO UCHI** : Attaque avec le tranchant interne de la main (côté pouce)

**TEISHO UCHI** : Attaque avec la paume

**KOKEN UCHI** : Attaque avec le dessus poignet

**HAÏSHU UCHI** : Attaque avec le dos de la main