



空手の詳細

# ENERGIE KARATE-DO BRENOUILLE

## KARATE NO SHOSAI

*Les détails  
Du  
Karaté*

EMPI UKE (RECEPTION DU COUDE)

EMPI UKE

猿臂受

*Réception du coude*

Kanji	Lecture ON'YOMI Chinoise	Lecture KUN'YOMI Japonaise	Traduction
猿	EN	SARU	<i>Singe</i>
臂	HI	HIJI	<i>Coude</i>
猿臂	EMPI		<i>Coudes longs et saillants (comme ceux d'un singe)</i>
受	JU	U(KERU), -U(KE), U(KARU)	<i>Accepter, subir, prendre, capturer, recevoir</i>
受け	UKE		<i>Recevoir, obtenir, attraper, subir, accepter,</i>
猿臂受け	EMPI UKE		<i>Réception du coude</i>

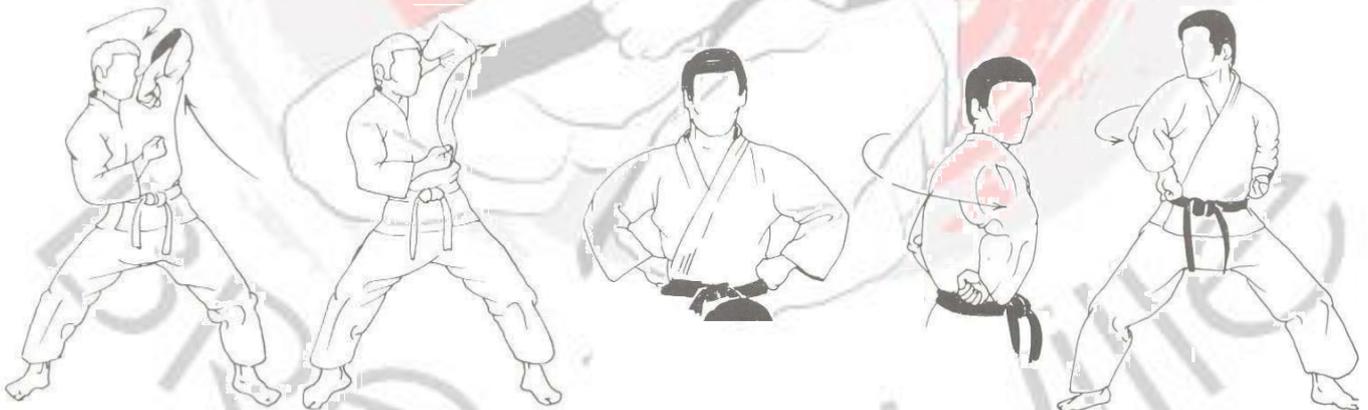
Aussi appelé : **HIJI UKE** 肘受け (réception du coude), **EMPI UCHI UKE** 猿臂内受け (réception de l'intérieur du coude), **TAISOKU EMPI UKE** 体側猿臂受け (réception sur le côté du corps avec le coude), **FURI EMPI** 振り猿臂 (balancement du coude), **NI NO UDE UKE** 二の腕受け (réception des deux parties du bras), **HIJI BARAI** 肘払い (balayage du coude), **MAWASHI EMPI UKE** 回し猿臂受け (réception circulaire du coude), ou **HANE UKE** (réception en aile) 羽受け.

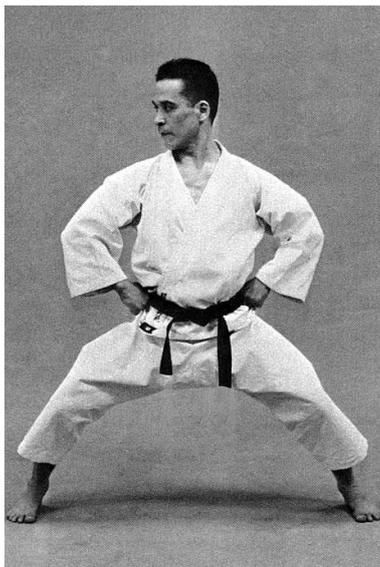
Le coude est utilisé pour bloquer :

- JODAN : de bas en haut ou de l'extérieur vers l'intérieur, poing devant soi.
- JODAN : de l'intérieur vers l'extérieur, poing derrière la tête.
- CHUDAN : de l'extérieur vers l'intérieur, avec une forte rotation des hanches, en général à partir d'une position SHIKO DACHI ou KIBA DACHI. Les poings restent aux hanches, phalanges vers l'arrière.

### Points clés

- Ne levez pas l'épaule correspondante.
- Restez bien droit, sans vous pencher dans la direction du mouvement





La mise en page a été réalisée par votre serviteur...Bernard©

