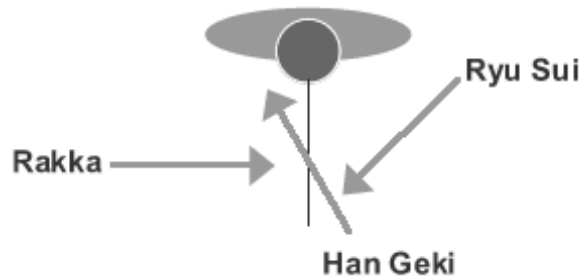




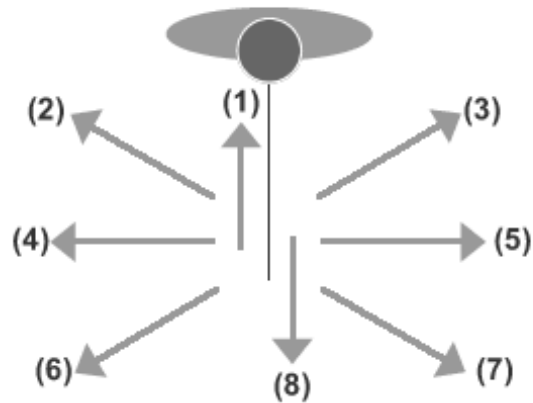
## UKE GO GENSOKU

*Cinco factores de la Defensa*

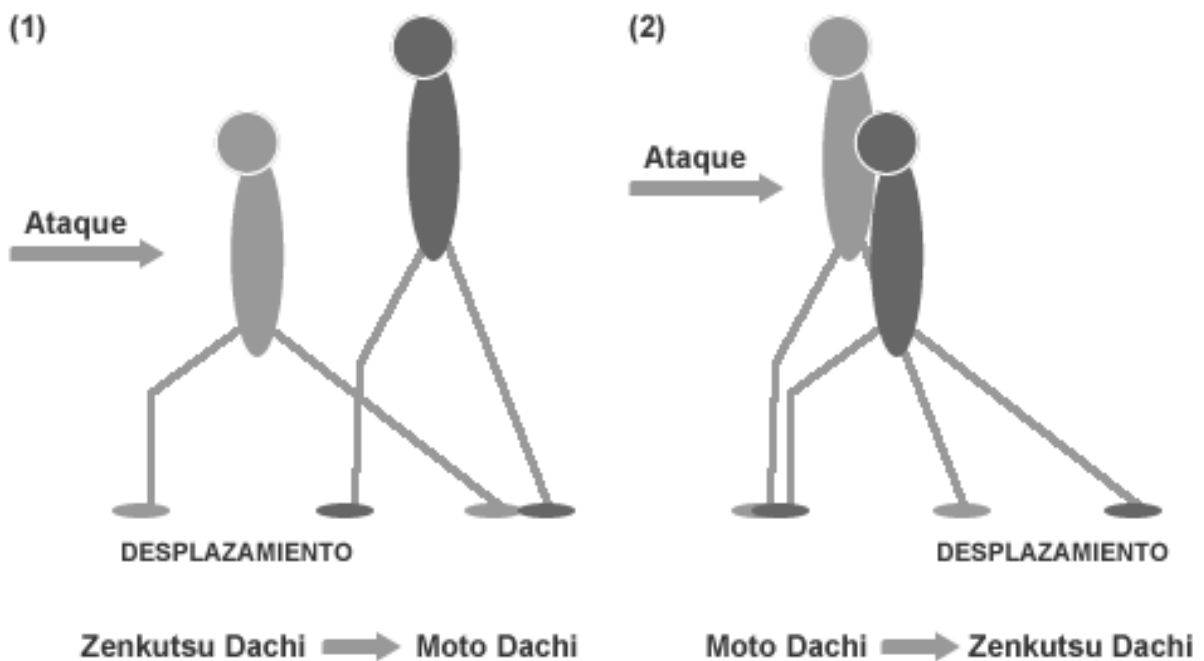
- 1- Rakka
- 2- Ryu Sui
- 3- Kusshin
- 4- Han Geki
- 5- Ten I



### TEN I



Ejemplo de KUSSHIN





- ✓ **Rakka:** (Como hoja que cae del árbol). Una parada deberá aplicarse con tanta fuerza que no sólo pare el ataque del oponente, si no que también le venza. Se trata de hacer de una parada un verdadero ataque. **Ej: Oi Tsuki < Soto Uke.**
- ✓ **Kushin:** (Movimiento de resorte). Controlar el ataque con movimientos de flexión y extensión del cuerpo, usando las rodillas para salir del alcance y luego penetrar contraatacando. **Ej: Oi Tsuki < Kakete + Neko Ashi Dachi.**
- ✓ **Ryu-Sui:** (Bloqueo suave). Desviar el ataque sin resistencia y en su misma dirección. **Ej: Oi Tsuki < Nagashi Uke.**
- ✓ **Ten-I:** (Trabajo de pies). Evitar el ataque cambiando de posición, con esquivas o desplazamientos fuera del alcance del oponente.
- ✓ **Hangeki:** (Defensa como ataque). Contraatacar antes de que el ataque del adversario pueda terminarse. **Ej: Oi Tsuki < Tsuki Uke**