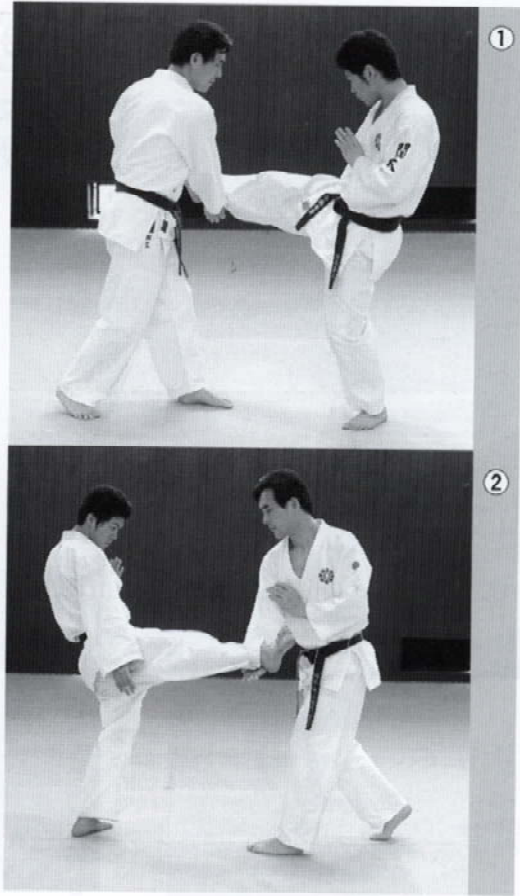
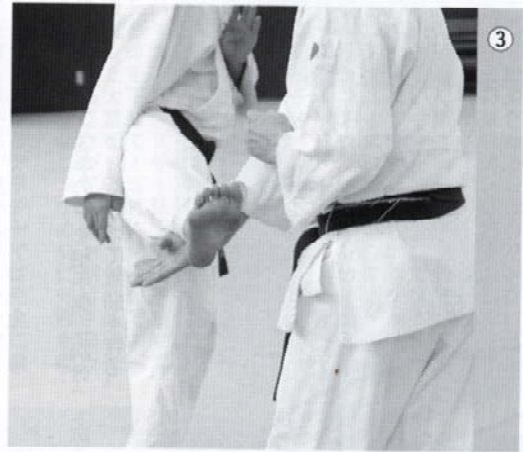


# 「D」 掬受すくい受け

①～②この受けも相手の蹴り足が体から完全に外れるまで外側に受ける。

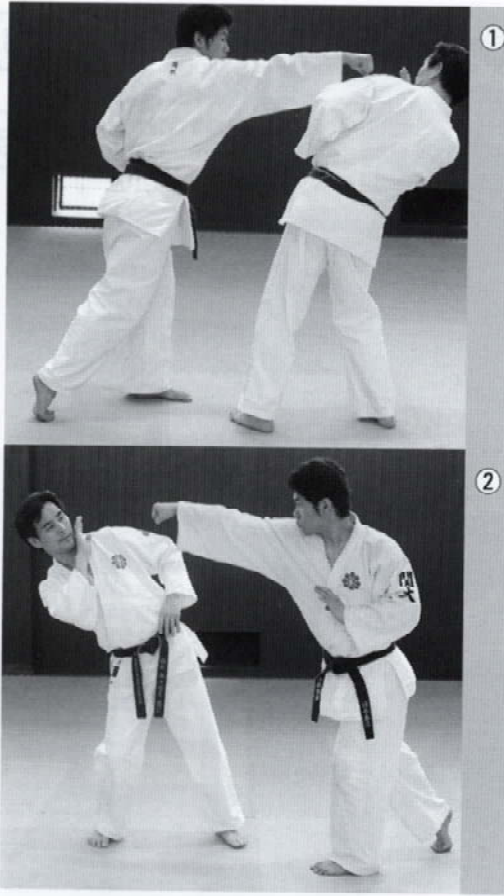


③手のひらが外を向くように手掌で受ける。



# 「E」 反身そりみ

①相手が突いてきた時に顔面を手でガードしつつ、体を捻りながら後ろに反ってかわす。  
②逆から見たところ。



③悪い例。体を捻らずに反って避けると、もう一步踏み込まれた時に倒れてしまう。相撲で言う「死に体」である。

