

TSUGI
ASHI
à chassé

← pieds joints

OKURI ASHI
Double pas

AYUMI
ASCHI

Avancer

YORI ASHI

Pas glissé

HIKI ASHI

Réculer

on pivote sur le pied
avant
MAWARI ASHI

DÉ ASHI

Balayage

on pivote sur le pied arrière

USHIRO ASHI MAWARI ASHI