

















# UKE (PARADAS)

La siguiente tabla muestra las técnicas de defensa más habituales, usadas por diferentes estilos de Karate. Nota: En todas las ilustraciones coloreadas: **atacante** / **defensor**.

	<u>GEDAN BARAI</u>	<u>JODAN AGE UKE</u>	
	<u>UCHI UKE</u>	<u>YOKO UKE</u>	
	<u>SHUTO UKE</u>	<u>OTOSHI UKE</u>	
	<u>TEKUBI KAKE UKE</u>	<u>MAE UDE OSAE</u>	
	<u>HIJI SASAE UKE</u>	<u>JUJI UKE Ó KOSA UKE</u>	
	<u>SOKUMEN AWASE</u>	<u>KAKE SHUTO UKE</u>	
	<u>ZUKI UKE</u>	<u>TE NAGAME UKE</u>	
	<u>TE OSAE UKE</u>	<u>ATE TSUKAMI</u>	



KAKIWAKE UKE  
GEDAN KAKE UKE



MOROTE SUKUI  
SUKUI UKE



TEISHO AWASE UKE  
GERI GAESHI UKE



MIKAZUKI GERI UKE  
SOKUTO MAWASHI UKE



SOKUTEI OSAE UKE  
SOKUTO OSAE UKE



ASHIDO KAKE UKE  
FUMIKOMI UDE UKE



FUMIKOMI SHUTO UKE  
FUMIKOMI AGE UKE



KAKUTO UKE  
(JODAN KOUKE)  
TEISHO UKE

