



2° Kyu KIHON Para Marrón 1°

Hidari Zenkutsu Dachi Gedan Barai

- Senchin... Kizami Tsuki, Oi Tsuki, IyakoTsuki
- Conchin... Age Uke – Tate Uraken – Gyaku Tsuki.
- Senchin... (kaiten) Uchi uke, Kizami Tsuki , Gyako Tsuki
- Conchin... (Kaiten) Guedan Barai uke, Gyako Tsuki
- Senchin... (Kaiten), Gedan Shuto Uke (Zk.d) Haito uchi, Osai Uke,- Jyori Ashi Nukiite
- Conchin... (Kaiten) Neko Ashi Dachi, Gedan Barai (Zk.d) Gyaku Tsuki

Hidari Jiyu Kamae

- Senchin... Mae gueri-Gyako Tsuki,
Yoko Gueri-Uraken-Gyako-Tsuki,
Mawashi-Gueri- Gyako-Tsuki-

Mawate onei waza
- Senchin...: Ushiro- Geri, Gyaku-Tsuki Mawate

KATA: Basai Dai , Jíón,

KUMITE: Kizo Kumite