

Passage du 2nd KYU



Suwari waza

Yokomenuchi ikkyo
 Yokomenuchi nikyo
 Yokomenuchi sankyo
 Yokomenuchi yonkyo
 Shomenuchi kotegaeshi



Hanmihandachi waza

Gyakuhanmi katatedori shihonage
 Gyakuhanmi katatedori uchikaiten
 Gyakuhanmi katatedori sotokaiten
 Gyakuhanmi katatedori ikkyo
 Gyakuhanmi katatedori nikyo



tachi waza

Katadori menuchi ikkyo
 Katadori menuchi nikyo
 Katadori menuchi shihonage
 Katadori menuchi iriminage
 Katateryotedori ikkyo
 Katateryotedori kotegaeshi
 Katateryotedori iriminage
 Katateryotedori udekimenage
 Jodantsuki shihonage
 Jodantsuki koshinage
 Jodantsuki nikyo
 Jodantsuki kokyunage



Ushiro waza

Ushirokatatedorikubijime ikkyo
 Ushirokatatedorikubijime koshinage
 Ushirokatatedorikubijime shihonage
 Ushirokatatedorikubijime kotegaeshi

Passage du 2nd KYU

Tanto _____	Jo _____
Shomenuchi kotegaeshi	Jiyuwaza (tsuki et sollicitations)
Shomenuchi iriminage	
Yokomenuchi gokyo	
Yokomenuchi iriminage	
Yokomenuchi kotegaeshi	Kokyuhō



HAN : moitié

MI : corps

DACHI : debout

KAITEN : tourner

UCHI : intérieur

SOTO : extérieur

JODAN : visage

KUBI : cou

JIME : étrangler

