

FICHE APPRENTISSAGE CEINTURE BLANCHE 6ème KYU

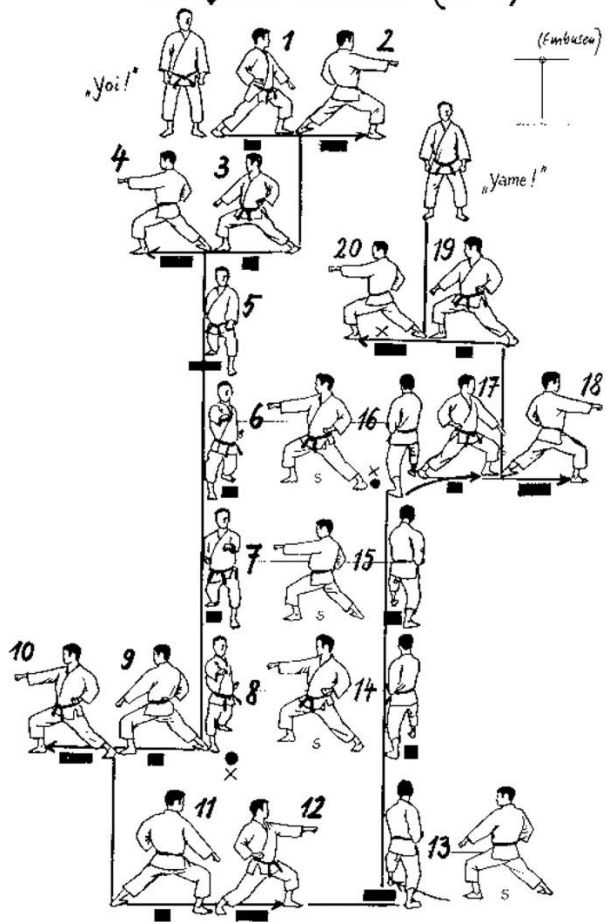
- KIHON (la technique se fait sur 1 pas)

Dans ma première année de poussin j'apprends les techniques suivantes :

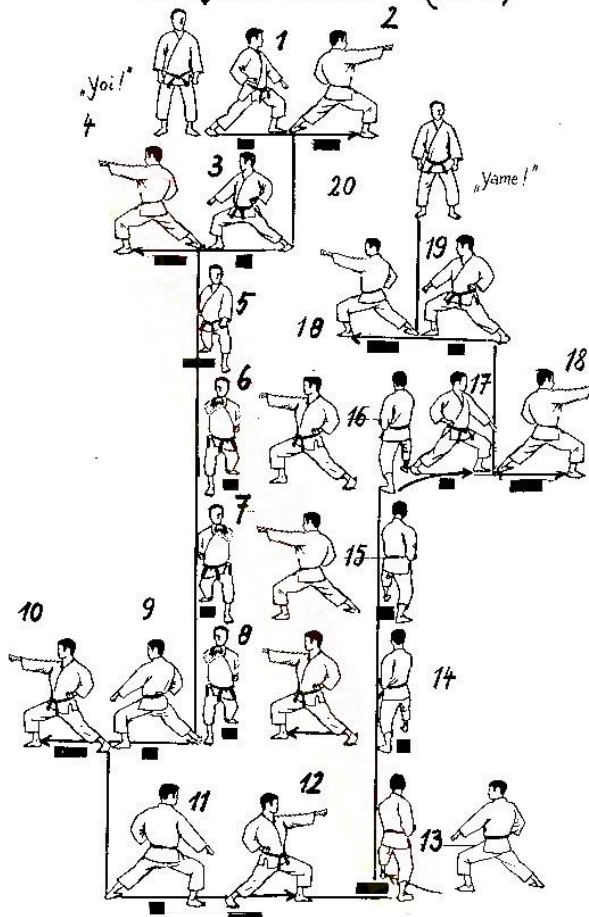
TECHNIQUES DEMANDEES				
POSITIONS	BLOCAGES	TECHNIQUES DE PIEDS	TECHNIQUES DE POINGS	KATAS
ZENKUTSU DACHI	GEDAN BARAI	MAE GERI	OI ZUKI	TAIKYOKU SHODAN
KOKUTSU DACHI	AGE UKE	-	GYAKU TSUKI	TAIKYOKU NIDAN
-	SHUTO	-	-	TAIKYOKU SANDAN
-	-	-	-	-
-	-	-	-	-
-	-	-	-	-
-	-	-	-	-

CI-DESSOUS LA DECOMPOSITION DES KATAS TAIKYOKU SHODAN-NIDAN-SANDAN

Taikyoku Shodan (Nr. 1)



Taikyoku Nidan (Nr. 2)



Taikyoku Sandan (Nr. 3)

