

BLANCO / AMARILLO

PIERNA



1° O SOTO GARI

Barrido exterior



4° KO SOTO GAKE

Gancho exterior cruzando las piernas.

CADERA



1° UKI GOSHI

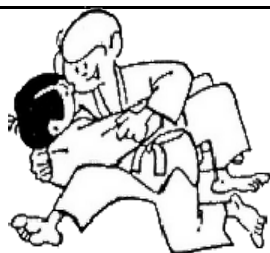
Giro por la cadera agarrando el cinturón por debajo del brazo.



2° KUBI NAGE

Giro por la cadera agarrando por el cuello y bloqueando con la pierna.

INMOVILIZACIONES



1° HON KESA GATAME

Sentado, agarrando por debajo de la cabeza y brazo a la axila.



3° KAMI SHIHO GATAME

Sentado, agarrando por debajo de la cabeza y brazo a la axila.