

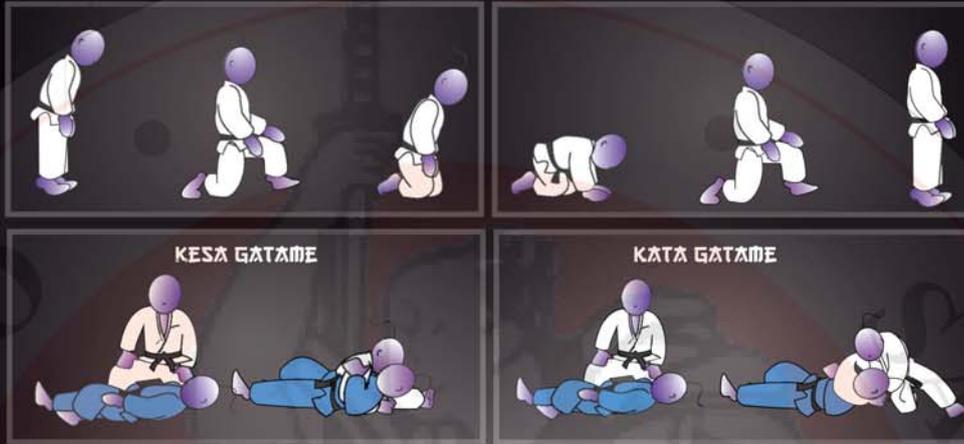


# GIMNASIO SAMURAI

## KATAME NO KATA



### OSAE KOMI WAZA



KESA GATAME

KATA GATAME

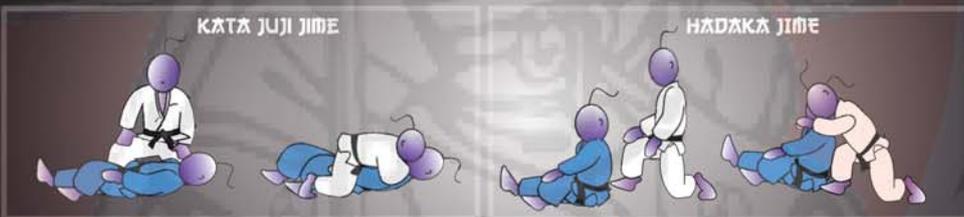


KAMI SHIHO GATAME

YOKO SHIHO GATAME

KUZURE KAMI SHIHO GATAME

### SHIME WAZA



KATA JUJI JIME

HADAKA JIME

柔道



OKURI ERI JIME

KATA HA JIME

GYAKU JUJI JIME

### KANSETSU WAZA



UDE GARAMI

JUJI GATAME



UDE GATAME

HIZA GATAME

ASHI GARAMI

EL KATAME NO KATA, ES EL FORMULARIO RITUAL DE LAS INMOVILIZACIONES, LAS ESTRANGULACIONES Y LAS LUXACIONES, O SEA, UN "RESUMEN" DEL JUDO EN EL SUELO. SE COMPONE DE 3 SERIES DE 5 TÉCNICAS CADA UNA, PRÁCTICADAS A LA DERECHA.

