



GIMNASIO SAMURAI

JUDO GOKYO

CINTURÓN VERDE

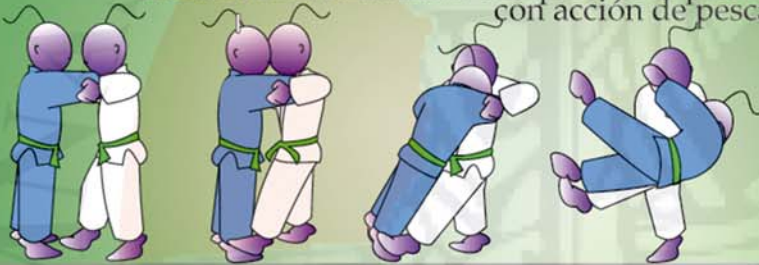
MÆ UKEMI
Caida frontal



TÆ OTOSHI Caida del cuerpo



SASÆ TSURI KOMI ÅSHI Bloqueo de la pierna con acción de pesca



USHIRO GOSHI Cadera posterior



MATE



IPPON



WAZA ÅRI



OSÆ KOMI



TOKETA



USHIRO KESÆ GATAME
Control en bandolera de espaldas



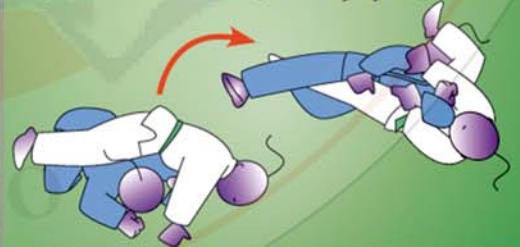
HADAKÆ JIME Estrangulación con manos desnudas



JUJI GATAME
Luxación en cruz



GIRO PARA LLEGAR Å JUJI GATAME



OTROS FUNDAMENTOS

ZONA DE COMPETICIÓN

TE WAZA = Técnicas de brazo

ZONA DE SEGURIDAD

ÅSHI WAZA = Técnicas de pierna

TACHI WAZA = Técnicas en pie

KOSHI WAZA = Técnicas de cadera

NE/KATAME WAZA = Técnicas en suelo

TOKUI WAZA : Técnica especial favorita, la que más te gusta hacer, la que más practicas en randori o combate y ... según vas aprendiendo más JUDO puede ser que cambie

柔道

