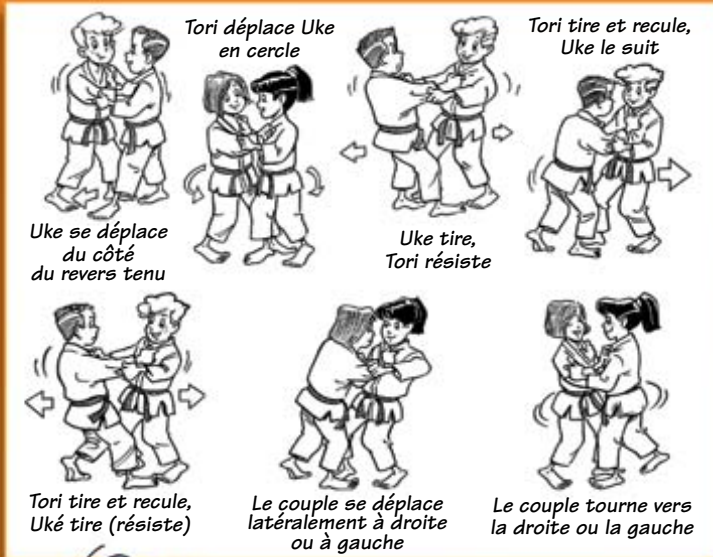


### TECHNIQUES DE PROJECTION

## Nage Waza

Reprise des situations étudiées antérieurement, plus...



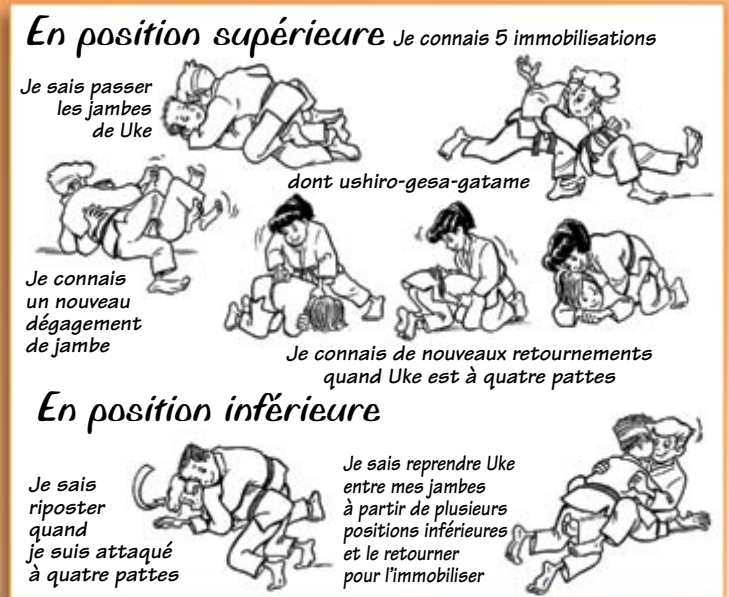
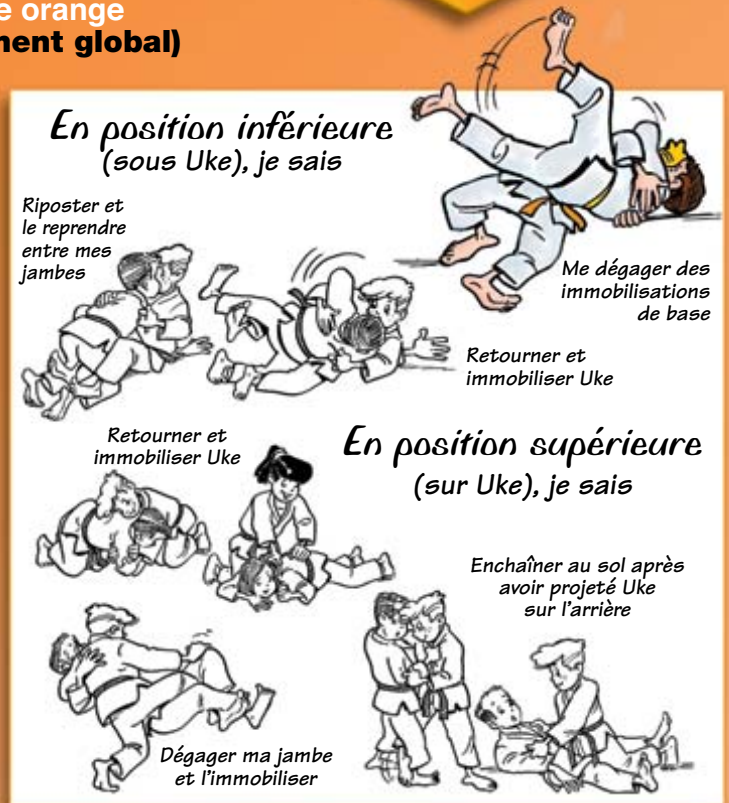
Je réponds avec les techniques étudiées antérieurement, plus...



Programme de la ceinture jaune à la ceinture orange (perfectionnement global)

### TECHNIQUES DE CONTRÔLE

## Katame Waza



Âges plancher ceinture jaune/orange : 9 ans

ceinture orange : 10 ans