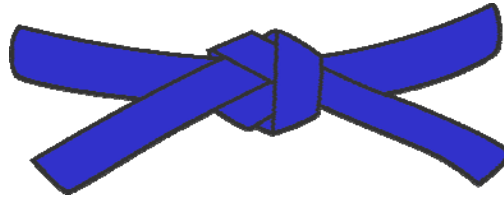




DAIRYUKAI.COM 6366 SHERBROOKE O. MONTRÉAL, QUÉBEC, H4B 1M9, (514) 222-2641



**Enfant Ceinture Blue  
( 90 jours )**

### **TACHI WAZA**

- 1. Tsuki (henka waza) Sankyo+Shihonage+Kotegaeshi+Udekiminage**
- 2. Yokomen uchi Gokyo**
- 3. Ushiro tekubitori jujinage**
- 4. Morotetori nikkyo omote + ura (2 façons / 2 ways)**
- 5. Shomen uchi kaitenage omote + ura**
- 6. Ushiro ryokatatori sankyo omote + ura**

### **HANMI HANDACHI**

- 7. Shomen uchi iriminage**
- 8. Katatetori nikkyo omote + ura**
- 9. Yokomenuchi kotegaeshi**

### **SUWARI WAZA**

- 10. Tsuki kotegaeshi**
- 11. Tsuki iriminage**
- 12. Yokomenuchi kotegaeshi**
- 13. Ushiro ryokatatori (Style libre 2 attaquants)  
(Shihonage, Kotegaeshi, Aikinage)**

### **BOKKEN**

- 14. Kata 8 mouvements (kanai style)**
- 15. Kata numéro 1 et 2 bokken (kanai style)**

### **RANDORI**

- 16. (Style libre 5 attaquants)**

Email: [fabionote@hotmail.com](mailto:fabionote@hotmail.com)