



友和会

YUWAKAI EXAMENEISEN 1^e DAN



STAND	AANVAL	TECHNIEK	VERKLARING
ALLE EXAMENEISEN VAN 1^e KYU PLUS:			
BASIS TECHNIEKEN			
TACHIWAZA	alle aanvalsvormen	KOSHINAGE JIYU	verschillende heupworpen
TACHIWAZA SUWARIWAZA HANMIHANDACHI- WAZA	alle aanvalsvormen	JIYUWAZA	vrije techniek
TACHIWAZA	TANTO-DORI	JIYUWAZA	tegen mesaanval
TACHIWAZA	FUTARI-GAKE FUTARI-DORI	JIYUWAZA JIYUWAZA	2 aanvallers 2 aanvallers grijpen de polsen