

## **NARANJA-VERDE** (mínimo 15 horas de práctica)

### YOKOMEN

- IRIMI NAGE
- KOKYU NAGE

### AIHAMMI

- IRIMI NAGE
- IKKYO
- KOTE GAESHI
- **SHIGO NAGE**

### TSUKI CHODAN

- KOTE GAESHI
- IRIMI NAGE

### **KATATE DORI**

- **KOKYU NAGE**
- **UCHI KAITEN NAGE**

### UKEMI

- MAE UKEMI
- USHIRO UKEMI