

AMARILLO / NARANJA

PIERNA		CADERA		INMOVILIZACIONES	
					
1° O SOTO GARI	4° KO SOTO GAKE	1° UKI GOSHI	2° KUBI NAGE	1° KESA GATAME	2° KATA GATAME
Gran barrido exterior.	Gancho exterior cruzando las piernas.	Giro por la cadera sujetando la cintura por debajo del brazo.	Giro por la cadera agarrando por el cuello y bloqueando con la pierna.	Sentado, agarrando por debajo de la cabeza y brazo a la axila.	Agarre de ambas manos por debajo de la cabeza, cruzandole el brazo por delante de su cara.
					
5° O UCHI GARI	6° KO UCHI GARI	4° KOSHI GURUMA	11° O GOSHI	3° KAMI SHIO GATAME	6° YOKO SHIO GATAME
Gran barrido entre las piernas con el talon.	Pequeño barrido entre las piernas con el interior del pie.	Volteo por la cadera agarrando por el cuello.	Volteo por la cadera sujetando la cintura por debajo del brazo.	De rodillas agarrando el cinturon con ambas manos por debajo de los brazos.	Agarre del cinturón por debajo de la pierna mas alejada y del cuello por debajo de la cabeza.