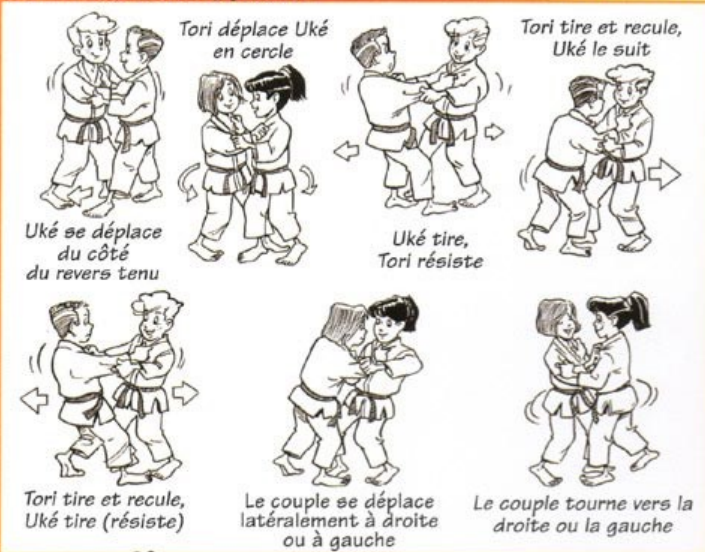


### TECHNIQUES DE PROJECTION

## NAGE WAZA

Reprise des situations étudiées antérieurement, plus...



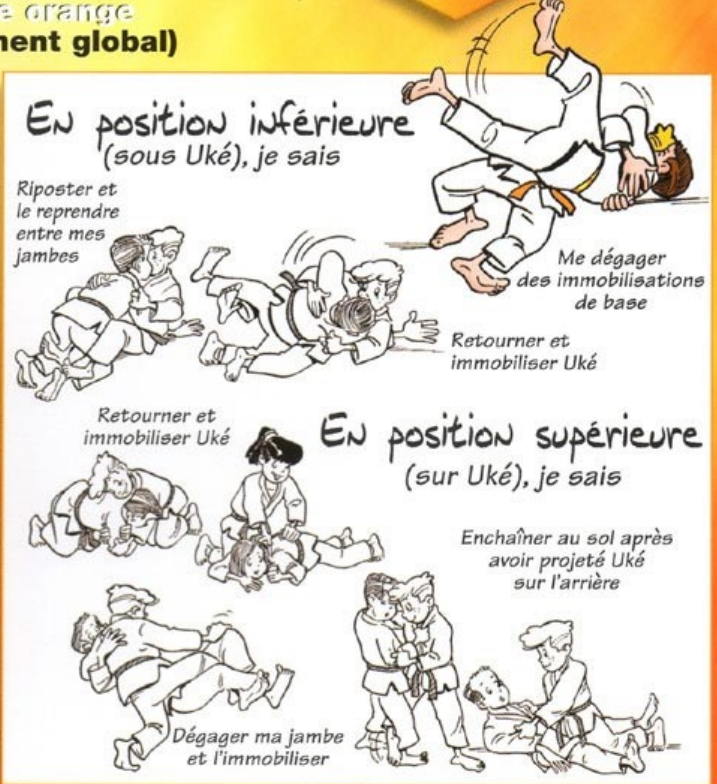
Je réponds avec les techniques étudiées antérieurement, plus...



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

### TECHNIQUES DE CONTRÔLE

## KATAME WAZA



Âges plancher ceinture jaune/orange : 9 ans

ceinture orange : 10 ans