



EXAMEN PARA CINTURÓN BLANCO-AMARILLO

ALUMNO:

FECHA:

FUNDAMENTOS

- Atarse el cinturón
- Rei (ritsu-rei y za-rei)

JUDO-PIE

- O-soto-gari
- Koshi-guruma

JUDO-SUELO

- Hon-kesa-gatame
- Kami-shio-gatame