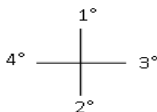


## ESAME Per **2° KYU** (Cintura Marrone)

ESAME Per <b>2° KYU</b> (Cintura Marrone)			
<b>KIHON</b>		Direzione e Ripetizioni	
<b>1</b>	<b>Oi-Tsuki</b>	Avanti	3
<b>2</b>	<b>Sanbon-Tsuki</b> in Tsuru-Ashi	Retrocedendo	3
<b>3</b>	<b>Ren-Tsuki</b> Jodan-Chudan	Avanti	3
<b>4</b>	<b>Age-Uke, Soto-Uke, Gedan-Barai, Uchi-Uke, Kizami Tsuki, Gyaku-Tsuki</b> in Tsuru-Ashi	Retrocedendo	3
<b>5</b>	<b>Soto Uke, Yoko Empi Uchi, Uraken-Uchi</b>	Avanti	3
<b>6</b>	<b>Shuto-Uke, Kizami-Tsuki, Nukite</b>	Retrocedendo	3
<b>7</b>	<b>Yoko-Geri Keage, Yoko-Geri Kekomi</b> avanzando stessa gamba in ZenKutsu-Dachi	Avanti	4
<b>8</b>	<b>Mawashi-Geri</b>	Indietro	4
<b>10</b>	<b>Ushiro-Geri , Gyaku-Tsuki</b>	Indietro	4
<b>13</b>	<b>SHIHO-URAKEN UCHI, GYAKU-TSUKI (sx,dx)</b>		
<b>KUMITE</b>			
		<b>JU IPPON KUMITE</b>	<b>Tecniche di JU KUMITE</b>
	<b>Jodan</b>	<b>X</b>	<b>X</b>
	<b>Chudan</b>	<b>X</b>	<b>X</b>
	<b>Mae-Geri</b>	<b>X</b>	
	<b>Yoko-Geri</b>	<b>X</b>	
	<b>Mawashi-Geri</b>	<b>X</b>	
	<b>Ushiro-Geri</b>	<b>X</b>	
<b>KATA</b>			
<b>BASSAI DAI</b> <b>HEIAN Nidan - Cono</b> <b>Yo Uke</b>			