



Programme de Passage de grade

2ème Kyu - ceinture bleue 2 - juniors

NOM DE LA TECHNIQUE
(en Japonais)

NOM DE LA TECHNIQUE
(en français)

	- Avoir 11 1/2 ans au minimum			
- Mawashi geri - chudan gyaku tsuki	- Coup de pied circulaire suivi de coup de poing arrière			
- Pinan godan 11	- Kata pinan godan jusqu'à 11			
- 1 Bunkai du pinan godan	- 1 application du kata pinan godan			
- Kihon ichi et ni	- 1er et 2ème kihon			

Mettre une croix lorsque la technique est acquise

Pinan godan

Merci de prendre votre licence pour l'examen !

