



### TECHNIQUES DE PROJECTION

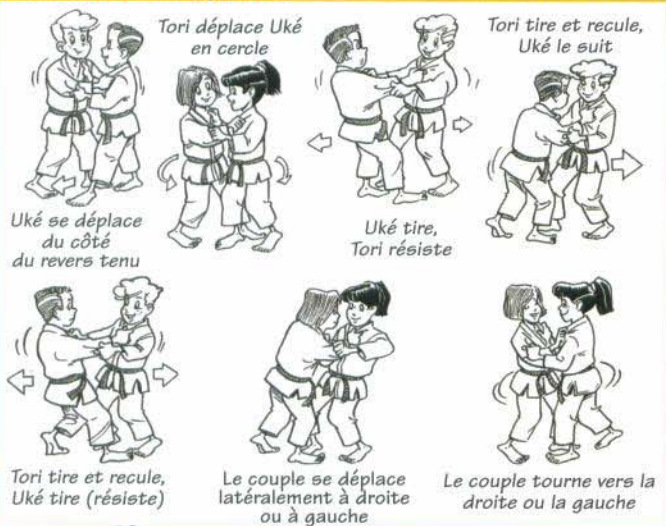
## NAGE WAZA

Reprise des situations étudiées antérieurement, plus...

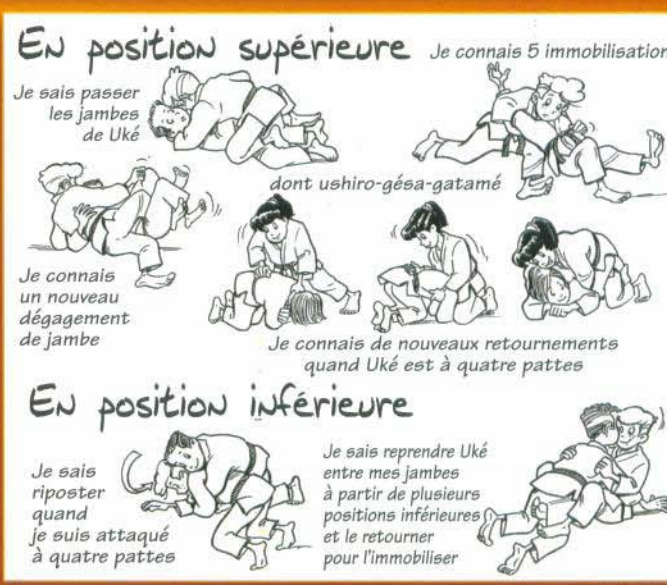
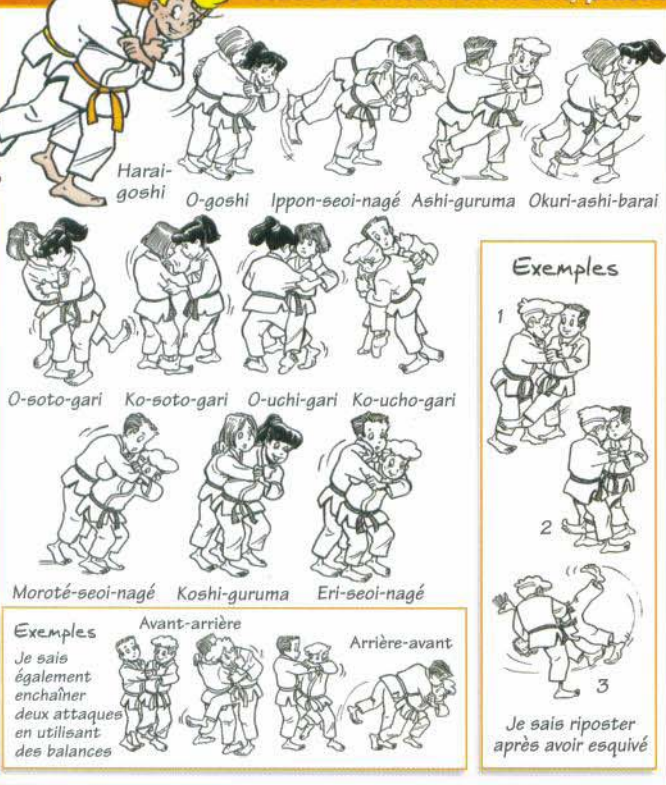
Programme de la ceinture jaune/orange à la ceinture orange (perfectionnement global)

### TECHNIQUES DE CONTRÔLE

## KATAME WAZA



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



Âges plancher ceinture jaune/orange : 9 ans      ceinture orange : 10 ans