



Shôka Ninjyô

## Nikyû

### SUWARIWAZA

1 Yokomen Uchi	ikkyô	60		
2 Yokomen Uchi	Nikyô	34		
3 Yokomen Uchi	Sankyô	94	seconde	minutes
4 Yokomen Uchi	Yonkyô	1 a	15	<b>23,5</b>
5 Yokomen Uchi	Kote Gaeshi			
6 Yokomen Uchi	Irimi Nage			

### HANMI HANDACHI WAZA

7 Katate Dori	Ikkyô
8 Katate Dori	Nikyô
9 Katate Dori	Irimi Nage
10 Katate Dori	Kote Gaeshi
11 Ryôte Dori	Shiho Nage
12 Ryôte Dori	Kokyû Nage

### TACHIWAZA

13 Jodan Tsuki	Ikkyô
14 Jodan Tsuki	Yonkyô
15 Jodan Tsuki	Irimi Nage
16 Katate Dori	Uchi kaiten Nage
17 Katate Dori	Soto Kaiten Nage
18 Kata dori Menuchi	Ikkyô
19 Kata dori Menuchi	Nikyô
20 Kata dori Menuchi	Shihonage
21 Kata dori Menuchi	kote Gaeshi
22 Yokomen Uchi	Ikkyô
23 Yokomen Uchi	Nikyô
24 Yokomen Uchi	Irimi Nage
25 Yokomen Uchi	kote Gaeshi
26 Ryote Dori	Juji Garami Nage

### USHIROWAZA

27 Ryôte Dori	Nikyô
28 Ryôte Dori	Koshi Nage
29 Ryôkata Dori	Ikkyô
30 Ryôkata Dori	Nikyô
31 Ryôkata Dori	Iriminage
32 Katate Dori Kubiji	Juji Garami Nage