

8.1 - KYU - PAS ŻÓŁTY z 1 – belką KIHON:

1. Oi-zuki-ZKD
2. Age-uke-ZKD
3. Soto-uke-ZKD
4. Uchi-uke-ZKD
5. Gedan-barai-ZKD
6. Gedan-barai-KD
7. Mae-geri-ZKD
8. Ren-zuki-ZKD

KUMITE:

Gohon-kumite-w miejscu

