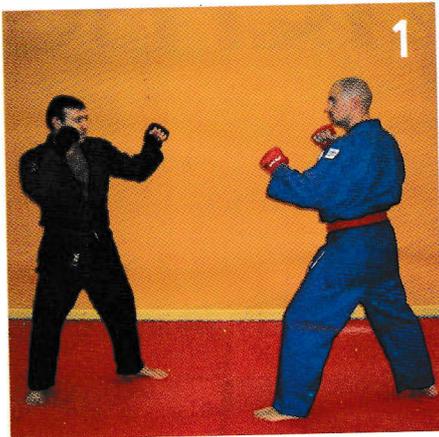


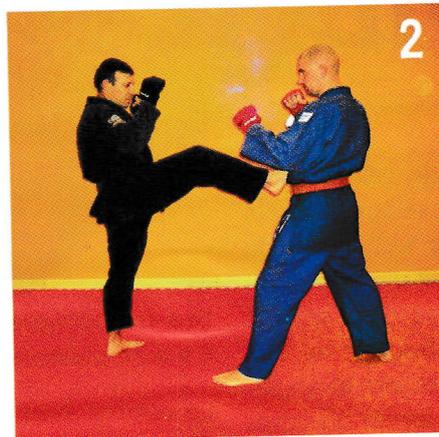


Technique Combat Complet

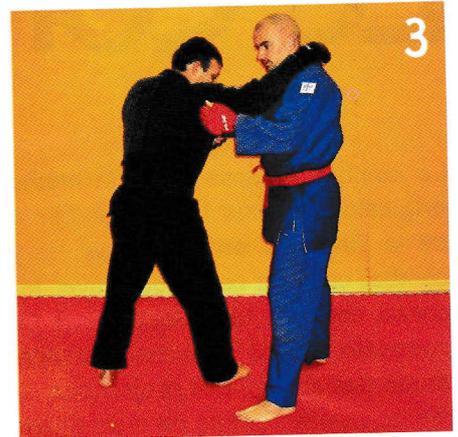
1^{er} KATA, 1^{ère} partie



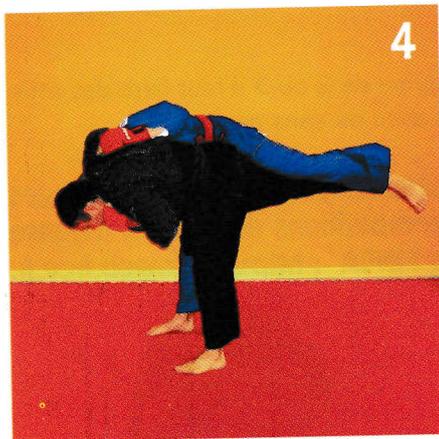
Les deux partenaires sont en garde.



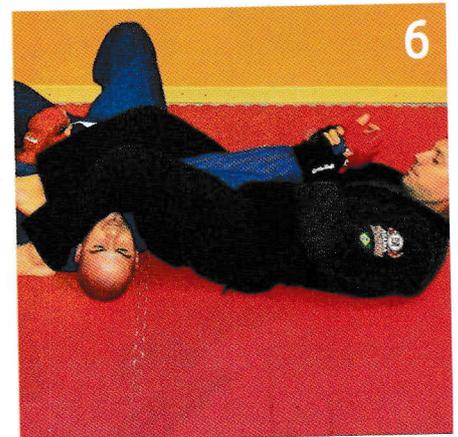
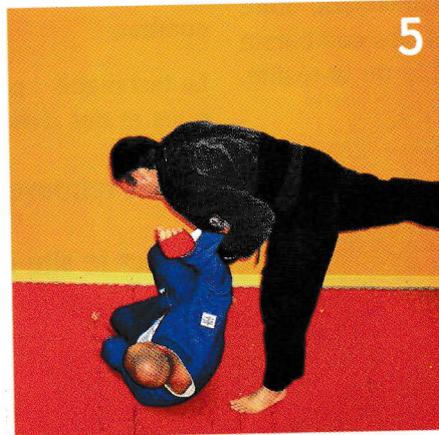
Coup de pied de face.



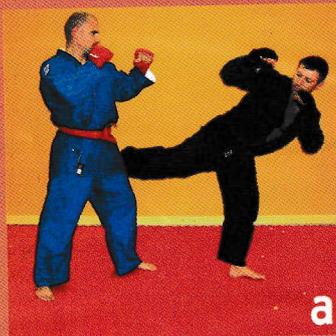
Prise de garde.



Fauchage intérieur sur l'avant (4 et 5).



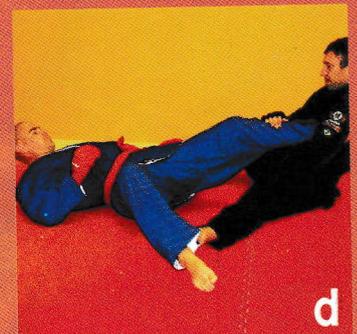
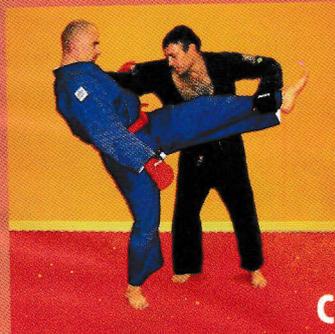
Clé de bras tendu.



Low Kick.



Ramassement de jambe (b et c).

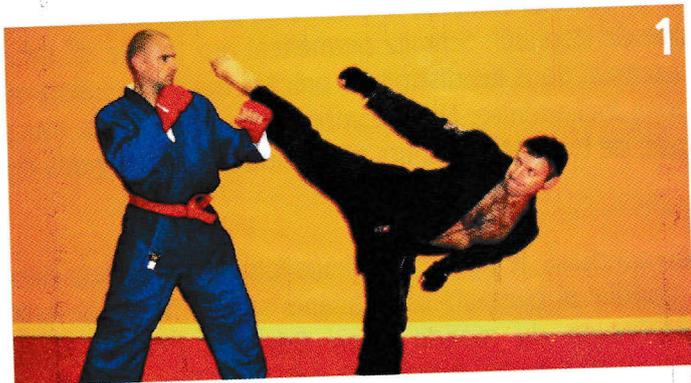


Clé de cheville.



Technique Combat Complet

1^{er} KATA, 1^{ère} partie



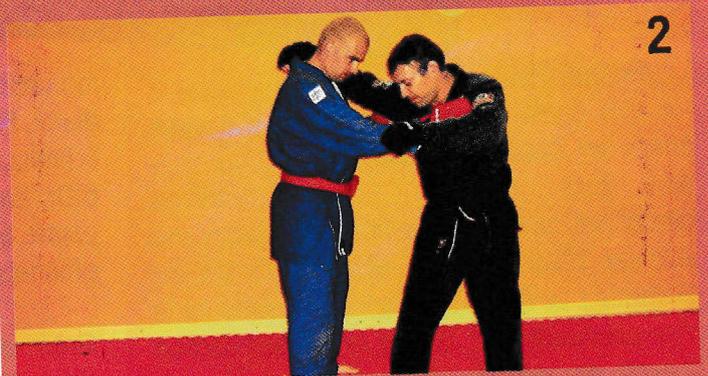
Coup de pied circulaire.



Coup de pied retourné.



Coup de genou.



Il vient saisir le partenaire.



Le partenaire tombe à genou, retournement et étranglement.



Fauchage extérieur sur l'avant.



La main gauche tient le revers droit pour étrangler tandis que la main droite tire la cuisse droite du partenaire vers soi.



Le partenaire veut se relever.



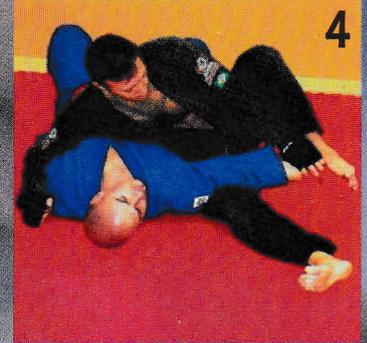
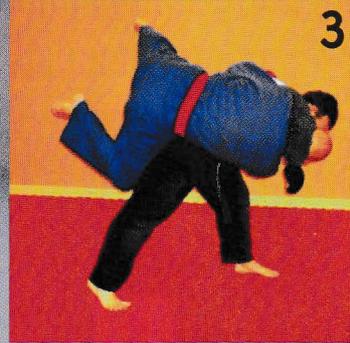
1^{er} enchaînement



Coup de pied de côté



3^{ème} renversement par-dessus le dos

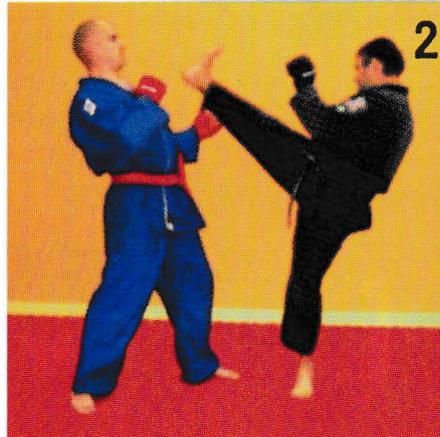


1^{er} contrôle de côté avec clé de bras tendu.

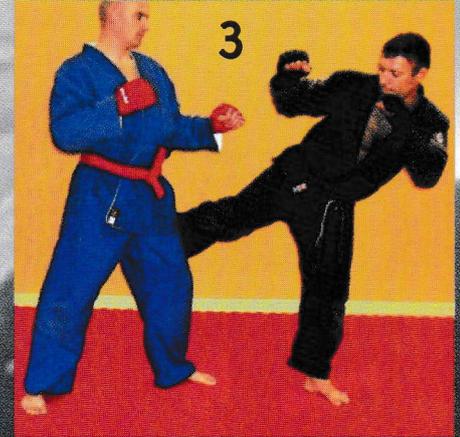
2^{ème} enchaînement



Coup de pied circulaire jambe avant gauche



coup de pied fouetté retourné, on repose jambe droite en arrière



low kick



2^{ème} crochetage intérieur du pied

