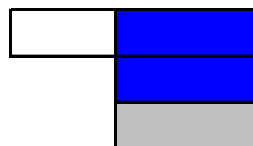


3 кю (с 10 лет)	иккё	никё	санкё	ёнкё	ирими нагэ	котэ гаэши	шихо нагэ	кокю хо	кокю и удэ кимэ нагэ	тэнчин нагэ	суми отоши	дзию вадза
<b>ТАЧИ ВАДЗА</b>												
Кататэ дори ай хамми	■		■		■	■	■	■				
Кататэ дори гяку хамми	■	■			■	■	■	■				
Шомэн учи	■	■	■	■	■	■		■				
Ёкомэн учи							■	■				
Ката дори	■	■										
Рётэ дори					■	■	■			■		
Моротэ дори										■	■	
Уширо рётэ дори												
Чудан цуки												
<b>СУВАРИ ВАДЗА</b>												
Шомэн учи	■	■	■	■	■	■		■		■		
Ката дори	■	■								■	■	
Рётэ дори	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
<b>ХАММИ ХАНДАЧИ ВАДЗА</b>												
Кататэ дори гяку хамми							■			■		
Уширо рё ката дори										■	■	

Рекомендуемая учебная программа

Обязательная экзаменационная программа

Не требуется



Союз клубов айкидо айкикай «Торюмонкай»

18.09.2018