

ОБЯЗАТЕЛЬНАЯ АТТЕСТАЦИОННАЯ ПРОГРАММА

6 кю (с 7 лет)

ТАЧИ ВАДЗА:

- кататэ дори ай хамми: иккё, ирими нагэ, котэ гаэши
- кататэ дори гяку хамми: ирими нагэ, котэ гаэши, кокю хо

СУВАРИ ВАДЗА:

- шомэн учи: иккё
- рётэ дори: кокю хо

Союз клубов айкидо айкикай «Торюмонкай»

18/09/2018