



Concello da Coruña

Miguelito

JUDO

FEMININO e MASCULINO



Ayuntamiento de A Coruña
Concello da Coruña



3º NIVEL
3º/4º EPO
EDAD: 8, 9, 10.

<p>1 TORI CAMINA HACIA ATRÁS O EN CÍRCULOS Y TIRA. UNA VEZ CADA UNO.</p> <p>O Goshi</p>	<p>2 TORI CAMINA HACIA ATRÁS O EN CÍRCULOS Y TIRA. UNA VEZ CADA UNO.</p> <p>Koshi Guruma</p>	
<p>3 TORI CAMINA HACIA ATRÁS O EN CÍRCULOS Y TIRA. UNA VEZ CADA UNO.</p> <p>Morote Seoi Nage</p>	<p>4 TORI CAMINA HACIA ATRÁS O EN CÍRCULOS Y TIRA. UNA VEZ CADA UNO.</p> <p>Ippon Seoi Nage</p>	
<p>5 TORI SE DEFIENDE Y TIRA: 1º RÁPIDO 2º CAMARA LENTA.</p> <p>ATAQUE ↓ DEFENSA</p> <p>O Goshi</p>	<p>6 TORI SE DEFIENDE Y TIRA: 1º RÁPIDO 2º CAMARA LENTA.</p> <p>ATAQUE ↓ DEFENSA</p> <p>Koshi Guruma</p>	<p>7 TORI SE DEFIENDE Y TIRA: 1º RÁPIDO 2º CAMARA LENTA.</p> <p>ATAQUE ↓ DEFENSA</p> <p>Sukui Nage</p>

