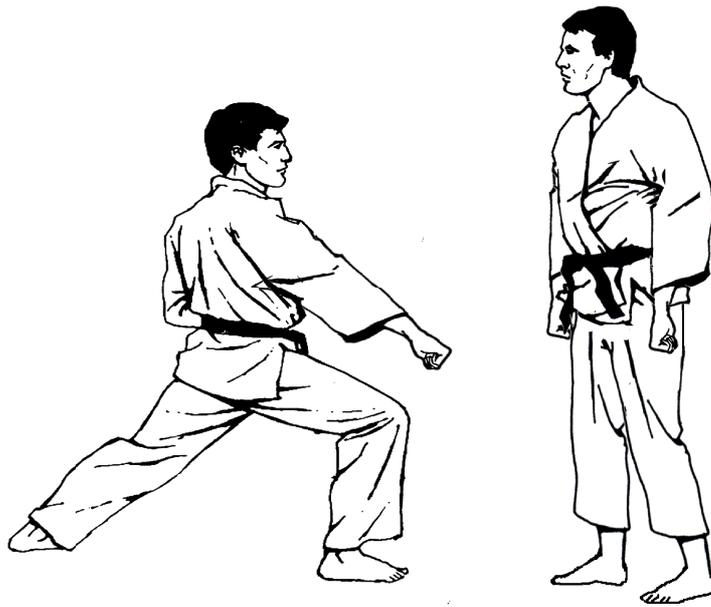


Kihon Ippon Kumité



Tori environ 1 mètre de distance **Uke**

5 attaques : Zuki Jodan, Zuki Chudan, Mae Géri, Mawashi Géri, Sokuto Géri ,une fois à droite, une fois à gauche.