PASSAGE CEINTURE JAUNE/ORANGE

Techniques de projection NAGE WAZA	Techniques de travail au sol NE WAZA
 Ko-soto-gari Petit fauchage extérieur	 Kuzuré-Kami-shiho-gatamé Variante du contrôle des 4 points par-dessus
 Ashi-guruma Enroulement sur la jambe	 Kuzuré-Yoko-shiho-gatamé Variante du contrôle des 4 points par le côté
 Ippon-seoi-nagé Projection par-dessus l'épaule	 Kuzuré-Taté-shiho gatamé Variante du contrôle par les 4 coins longitudinalement
 O-goshi Grande projection de hanche	
 De-ashi-barai Balayage du pied avancé	