

# Exameneisen witte band, bruine slip

REI (= GROETEN)

RITSU-REI =  
RECHTSTAANDE GROET



ZA-REI =  
ZITTENDE GROET

worpen



de-ashi-barai



hiza-guruma

houdgrepen



kesa-gatame



yoko-shio-gatame

Achterwaartse val



Voorwaartse rol

