



Cordão amarelo & cinza

Gelber & grauer Gürtel – 2. Grad Kinder

Bewegungen

Basis

Ginga
Rolê

Ausweichen

Esquiva lateral
Esquiva atrás
Negativa
Arriete

Angriff

Queixada
Armada
Ponteira

Akrobatik

Aú Compasso