

## **PROGRAMA: AZUL**

1. AGARRE DE HOMBRO > PALMA > A OÍDO, SHUTO-UCHI A BICEPS, SHUTO-UCHI A MUÑECA PARA SACAR AGARRE , DESPLAZAMIENTO CON HAITO < A ESTÓMAGO Y SHUTO-UCHI > A CUELLO METIENDO CADERA
2. AGARRE DE HOMBRO < MARTILLO A CARA Y SIGUE CODO < EMPI A BÍCEPS Y VUELVE MARTILLO CORTANTE A CARA TODO CON <.
3. DOBLE AGARRE DE HOMBRO DE FRENTA, AFLOJA ABAJO, GANCHO A FLOTANTE, MARTILLO CORTANTE, SACA AGARRE CON AMBAS MANOS, APLAUZO OÍDOS, TOMA CABEZA, BAJA Y GOLPEA HIZA-GERI, EMPUJA LA CABEZA HACIA ATRÁS Y TERMINÓ CON YOKO-GERI AL PECHO,
4. AGARRE DE HOMBRO <, GANCHO A FLOTANTE, MARTILLO CORTANTE, VUELVE SHUTO-UCHI, TODO CON MANO < Y ACOMPAÑA MANO > PARA GIRAR LA CABEZA Y ASÍ EL CUERPO Y MAE-GERI ESPALDA.
5. DOBLE AGARRE DE HOMBRO DE ATRÁS, MOTO-DACHI Y GOLPEA TESTÍCULOS, GIRO SACO EL AGARRE Y TERMINÓ MAWASHI-TSUKI ASCENDENTE >.
6. AGARRE DE HOMBRO < DE COSTADO, HAISHU < A CARA CON EL MISMO BRAZO ENVUELVE EL BRAZO DE ÉL ATRAYÉNDOLO GOLPEO GANCHO > A FLOTANTE Y HAISHU A HÍGADO CON LA MISMA.
7. AGARRE DE HOMBRO > HAISU >, MAE-GERI A RODILLA CON > TATE-TSUKI A PECHO CON <, MISMA. ACOMODA CARA Y TERMINA TATE-TSUKI.
8. INTENTA EMPUJAR, BAJO MANOS CON < Y GOLPEÓ MAE-GERI A TESTÍCULOS CON > Y GOLPEÓ A LA GARGANTA TAMBIÉN CON MANO >,
9. DOBLE AGARRE DE HOMBRO DE FRENTA , DOBLE GOLPE DE PUÑO CON > GANCHO ABAJO CON <, CON LA MISMA TETSUI A CARA, VUELVE SHUTO-UCHI, SHUTO-UCHI > A GARGANTA, SHUTO-UCHI < A GARGANTA Y TERMINA TEISHO-TSUKI CON SALTO DESCENDENTE.
10. DOBLE AGARRE DE HOMBRO DE FRENTA , QUIEBRO CODO < AGARRANDO LA MANO < EN EL HOMBRO, AL MISMO TIEMPO KIN-GERI > A RODILLA > Y FUMIKOMI-GERI PIerna < Y >, SACÓ EL AGARRE DE HOMBROS Y TERMINA MAE-GERI A TESTÍCULOS CON >.
12. DOBLE AGARRE DE HOMBRO DE ATRÁS, GIRO HACIA LA < Y PASO MI BRAZO < ENTRE LOS BRAZOS, GOLPEÓ MAWASHI-TSUKI A ESTÓMAGO, AL MISMO TIEMPO CON MANO > ABRO EL AGARRE, GIRO Y PASÓ A MOTO-DACHI Y GOLPEÓ TESTÍCULOS.
13. AGARRE DE MANO >, MAE-GERI > A TESTÍCULOS, HAITO A OÍDO CON <, LA MISMA SACA EL AGARRE Y TERMINA TATE-TSUKI A CARA.
14. AGARRE DE MANO <, MANO > SACA EL AGARRE GOLPEA HAISHU CON < A LA CARA Y TESTÍCULOS, EMPI CON < Y DOBLE SHUTO-UCHI EMPUJANDO.
15. AGARRE DE MANO > CRUZADA, URAKEN A MANO, URAKEN A CARA, QUIEBRA CODO TODO CON <, HAITO CON > A CARA ENVUELVE CABEZA, RODILLA > A PECHO, PALMA < A ESPALDA, TERMINA EMPI > A ESPALDA.

16. INTENTA EMPUJAR, BAJA CON MANO <, TEISHO > MAE-GERI > Y GOLPEA A LA GARGANTA AVANZANDO CON >.

17. INTENTA ABRAZAR, ABRAZO CON LOS CODOS LOS DOS BRAZOS DE ÉL, ABRO LOS BRAZOS Y TERMINÓ TATE-TSUKI A LA CARA.

18. DOBLE AGARRE DE ATRÁS, BRAZO < PASA POR ARRIBA DEL AGARRE, TOMA PELO, TRAE Y YOKO-GERI A COSTILLAS.

19. DOBLE AGARRE DE HOMBRO DE ATRÁS, MOTODACHI GOLPE A TESTÍCULOS DOBLE CHEQUEO, VUELVE CHEQUEANDO Y TATE-TSUKI CON > A CARA.

20. LLAVE CANDADO AL CUELLO DE COSTADO, IPPON-KEN A TESTÍCULOS Y A CARA CON > Y TERMINA HIZA-GERI A CARA PIerna <.

21. DOBLE AGARRE DE HOMBROS DE ATRÁS, FUMIKOMI-GERI A PIerna < CON >, TETSUI-UCHI A TESTÍCULOS CON > Y EMPI A BRAZO, URAKEN A CARA TODO CON > TERMINA TATE-TSUKI <A CARA.

22. AGARRE DE MANOS DE ATRÁS, FUMIKOMI-GERI <, EMPI < A CARA, ENVUELVE CUELLO, TETTSUI > A ESTÓMAGO, DEJA CAER Y MIKAZUKI-GERI A CARA O PECHO.

23. ATACA GYAKU-TSUKI, DOBLE DEFENSA POR LA ESPALDA Y ATACÓ YOKO-GERI A FLOTANTE.

24. ATACA GYAKU-TSUKI, DOBLE DEFENSA POR LA ESPALDA Y ATACÓ URA-MAWASHI-GERI A LA CABEZA.

25. ATACA GYAKU-TSUKI, DOBLE DEFENSA POR DENTRO MI BRAZO < ENVUELVE EL DE ÉL, > GOLPEA EMPI A LA CARA PASANTE Y VUELVE SHUTO-UCHI A CUELLO.