

PROGRAMA: VERDE

1. ATACA GYAKU-TSUKI, DOBLE DEFENSA POR DENTRO, URA-KEN >, TOMA CABEZA Y BAJO, MITSA-GERI>Y CODO >, TERMINA YOKO-GERI >.
2. ATACA GYAKU-TSUKI, DOBLE DEFENSA POR DENTRO, EMPI > SHUTO-UCHI DERECHO >, TOMO CABEZA, BAJO, HIZA-GERI >, CON MANO> TOMA PERA Y< PRESIONA EL HOMBRO LO GIRO Y LO TUMBÓ ACOMPAÑANDO CON > EN LA CARA TATE-TSUKI A CARA Y URA-KEN A TESTÍCULOS, TERMINA MAE-GERI A CABEZA.
3. ATACA GYAKU-TSUKI, DOBLE TEISHO POR DENTRO URA-KEN > A CARA, MAE-GERI > A ESTÓMAGO Y MAWASHI > A CARA EN EL AIRE Y TERMINA USHIRO-GERI.
4. ATACA GYAKU-TSUKI, DOBLE DEFENSA POR DENTRO, EMPI Y SHUTO-UCHI> Y TEISHO < AL MISMO TIEMPO MAE-GERI A LOS TESTÍCULOS EN CUCHARA.
5. ATACA GYAKU-TSUKI, PASO EN DIAGONAL > HACIA ADELANTE, HAISHU A CARA CON > Y PALMA A TESTÍCULOS Y GOLPE DE MUÑECA A CARA, HAITO CON <A ESTOMAGO BARRO PIerna CON MANO> Y SALTO PISO ESTÓMAGO CON <.
6. ATACA GYAKU-TSUKI SIN AVANZAR, CON < CUBRO EL GOLPE, SALGO CON PIE <CON DERECHA TATE-TSUKI A PLEXO O ESTÓMAGO, CON PIerna > BARRO PIerna DE ADELANTE Y CON LA MISMA TERMINÓ FUMIKOMI-GERI A ESTÓMAGO.
7. AVANZA CON OI-TSUKI, SALGO EN DIAGONAL > CON BLOQUEO < Y CON > GOLPEÓ GANCHO A FLOTANTE TUERZO MANO Y LLEVÓ AL SUELO, TERMINA CON MAE-GERI <Y FUMIKOMI-GERI A CARA.
8. ME AGARRA CON SOLAPA DEL LADO <, CON > GOLPEÓ MAE-GERI A TESTÍCULOS, TOMO Y TUERZO MANO HASTA EL SUELO, MAE-GERI <Y YOKO.
9. ME AGARRA DE COSTADO, MARTILLO A TESTÍCULOS Y HAISHU A CARA, BARRO CON PIerna, MEDIA VUELTA Y FUMIKOMI-GERI >.
10. ME AGARRA LAS DOS MANOS DE ATRÁS, PISA Y PATA DE BURRO, FUMIKOMI-GERI CON < A PIerna DERECHA, SAFO DEL AGARRE DE MANO <Y GOLPEÓ EMPI A CARA, AGARRÓ CABEZA, MARTILLO A ABDOMEN, DEJÓ CAER PISO CON SALTO AL ABDOMEN.

11. ME ABRAZA DE ATRÁS, PASO ADELANTE CON <, MANO ABIERTA > A TESTÍCULOS, SAFO EL AGARRE ABRIENDO LAS MANOS Y EMPUJO CON LA COLA, GOLPEÓ EMPI > A CARA, SHUTO-UCHI, TATE-TSUKI < MAE-GERI A TESTÍCULOS < Y TATE-TSUKI> A CARA.
12. ME VIENEN A AGARRAR ADELANTANDO PIerna > BLOQUEO DIAGONAL HACIA LA>, AGARRO LA MANO Y QUIEBRO EL CODO, TATE-TSUKI A CARA CON >, MARTILLO A TESTÍCULOS Y VUELVO URAKEN A CARA, MAWASHI-GERI A PIerna > Y FUMIKOMI-GERI A PIerna<Y MAWASHI A CABEZA.

13. ATACA GYAKU-TSUKI Y OI-TSUKI (PRIMERO BLOQUEO CON UCHI-UKE Y EL OTRO MANO ABIERTA) GOLPEÓ MARTILLO A LA CABEZA Y A LOS TESTÍCULOS, LUEGO EMPI CON > ASCENDENTE Y GRULLA, BARRO, CUANDO VA CAYENDO KIN-GERI A FLOTANTE Y MIKAZUKI-GERI A CABEZA CON <.

14. ATACA GYAKU-TSUKI, PIERNA < HACIA ATRÁS, DOBLE DEFENSA, SHUTO-UCHI >, MANO ABIERTA A CARA <, SHUTO-UCHI > Y AGARRÓ CABEZA, CODO >, TERMINA YOKO-GERI >

15. ME AGARRA DE ATRÁS TRABANDO NUCA, AGARRO LA CABEZA DEL OPONENTE CON LAS DOS MANOS Y LOS LLEVO AL FRENTE MIO, LO APRIETO CON LA RODILLA > GOLPEA GYAKU-TSUKI A LA CARA Y URAKEN A TESTÍCULOS Y TERMINA PISOTÓN A CABEZA >

16. ME AGARRA DE ATRÁS TRABANDO NUCA, PISO, PATADA DE BURRO, SAFO DEL AGARRE, EMPI > Y URAKEN >, TATE-TSUKI Y MAE-GERI<, MAWASHI-TSUKI Y YOKO >.

17. DOBLE AGARRE DE SOLAPA, PALMA A OÍDOS, SAFO EL AGARRE, MAE-GERI > A TESTÍCULOS Y TERMINA MAWASHI-TSUKI A LA CARA.

18. AGARRE DE SOLAPA>, LE AGARRO LA MANO CON <, CON > MANO ABIERTA AL TRÍCEPS O AL CODO, MAE-GERI A TESTÍCULOS >, TORCIONO Y GIRO EL BRAZO, PATADA DE BURRO A CARA CON >, SHUTO-UCHI A LA CARA, MARTILLO <Y NICAZUKA A LA CABEZA CON <.

19. ME ABRAZA DE ADELANTE POR DEBAJO DE LOS BRAZOS, HAITO NUCA CON <, TEISHO CARA CON >, EMPUJO, MAE-GERI >, Y TERMINÓ MIKAZUKI-GERI CABEZA.

20. ATACA GYAKU-TSUKI, BLOQUEO UCHU-UDE-UKE CON > Y ENVUELVO SU BRAZO, CODO CON > A NUCA, TOMÓ SUS DOS HOMBROS, BARRO Y PISO CARO.

21. ATACA GYAKU-TSUKI, BLOQUEO TEISHO-UKE CON <, GYAKU-TSUKI Y EMPI AL HIGADO, LO BAJO PISANDO PIerna CON >, MAWASHI CABEZA CON >, USHIRO URA-MAWASHI-GERI A CARA CON < Y TERMINO MAWASHI-TSUKI CARA