

## **PROGRAMA: AMARILLO**

1. ATACA GYAKU-TSUKI, DOY UN PASO ATRÁS Y BLOQUEO EL PUÑO CON > Y CON < CUBRO CARA, AFLOJO PIerna CON MAWASHI-GERI, URAKEN A CIEN, CON >, SHUTO-UCHI A CUELLO CON <, PUÑO ABAJO CON >, TEISHO CON < Y MAWASHI-TSUKI CON >.
2. INTENTA AGARRAR, DOBLE DEFENSA CON SALIDA A 45° HACIA ATRÁS EN NEKO-ASHI- DACHI, MAE-GERI CON > TOMO MANO CON >, GOLPEÓ A FLOTANTE Y CARA CON < SACA MANO CON < Y TEISHO CON >, TERMINA MAE-GERI CON >
3. ATACA OI-TSUKI, DOBLE DEFENSA PERO LA ROMPE CON ANTEBRAZO AL MISMO TIEMPO FRENA CON MAE-GERI A ESTÓMAGO, CAIGO ADENTRO, CON <ACOMODO CARA Y MARTILLO CORTANTE CON> Y CON > EMPI A ESTÓMAGO Y TETSUI-UCHI A TESTÍCULOS, TERMINA CON PATADA DE BURRO A TESTÍCULOS PASANTE.
4. ATACA MAE-GERI Y GYAKU-TSUKI, SALGO EN DIAGONAL 45° HACIA ADELANTE CON GEDAN BARAI, HAGO UN PASO HACIA DELANTE CON EMPI>, TOMA Y BARRE CON >, TERMINA FUMIKOMI-GERI A CARA.
5. ABRAZA DE ATRÁS, ME DEJO CAER, ACHICO HACIA > EMPI A ESTOMAGO Y TETSUI-UCHI A TESTÍCULOS, POR ADENTRO TOMÓ CABEZA LA GIRO, BARRO CON > Y TERMINA HIZA- GERI > Y EMPI DESCENDENTE > A LA CABEZA.
6. AGARRA CUELLO DE COSTADO, GOLPEÓ HAITO-UCHI DOBLE, TOMO MUÑECA Y HOMBRO, PASO PARA ADELANTE, GOLPEÓ CON SHUTO-UCHI A CARA Y PUÑO CON LA OTRA MANO, EMPUJÓ CON AMBAS MANOS.
7. ATACA GYAKU-TSUKI, DEFIENDE COMO LA 1, BAJO, GOLPEO URAKEN, PEQUEÑO PASO POR DETRÁS Y GOLPEÓ FUMIKOMI-GERI CON > A LA PRIMERA PIerna, BAJO Y URAKEN PEQUEÑO PASO POR DETRÁS Y FUMIKOMI-GERI A LA SEGUNDA PIerna.
8. DOBLE AGARRE DE SOLAPA, CON > TOMO MANO IZQUIERDA Y BAJO CON EL CODo, AFLOJO CON PATADA A PIerna <, URA-TSUKI A FLOTANTE, TETSUI-UCHI CORTANTE, SACO MANOS, APLAUDO OÍDOS EMPI> A CARA, A ESTÓMAGO TETSUI-UCHI A TESTÍCULOS Y TALÓN PASANTE A TESTÍCULOS.
9. ATACA PUÑO, SALIDA HACIA ADELANTE CON DEFENSA SIMPLE, PUÑO> A FLOTANTE, TOMA DESDE EL HOMBRO Y DESLIZO HACIA MUÑECA, ME SOSTENGO Y MAE-GERI A ESTÓMAGO O CARA, CAIGO ADENTRO EN ZENKUTSU-DACHI, PUÑO< A FLOTANTE Y CARA, GIRO MUÑECA Y QUIEBRO CODo, CON <GOLPEÓ METIENDOME POR DENTRO FUMIKOMI-GERI A LA SEGUNDA RODILLA.
10. ATACA MAE-GERI, DEFIENDO HACIA ADELANTE CON ANTEBRAZO, TETSUI-UCHI A TESTÍCULOS, EMPI A ESTÓMAGO, URAKEN A CARA, PATADA DE BURRO A TESTÍCULOS, GRULLA, BARRO CON > SACO BRAZO DE APOYO Y MAE-GERI A CARA.