



FEDERACIÓN DE JUDO Y D.A. DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS
JIU-JITSU - DEFENSA PERSONAL - KENDO - WU-SHU - AIKIDO



BLANCO—AMARILLO

1ª ACTUACIÓN

JUDO PIE. TÉCNICA 1:

JUDO PIE. TÉCNICA 2.

JUEDO SUELO. TÉCNICA 3.

CONTRA// TRABAJO LIBRE:

2ª ACTUACIÓN

JUDO PIE. TÉCNICA 1:

JUDO PIE. TÉCNICA 2.

JUEDO SUELO. TÉCNICA 3.

CONTRA// TRABAJO LIBRE:



FEDERACIÓN DE JUDO Y D.A. DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS
JIU-JITSU - DEFENSA PERSONAL - KENDO - WU-SHU - AIKIDO



AMARILLO

1ª ACTUACIÓN

JUDO PIE. TÉCNICA 1:

JUDO PIE. TÉCNICA 2.

JUEDO SUELO. TÉCNICA 3.

CONTRA// TRABAJO LIBRE:

2ª ACTUACIÓN

JUDO PIE. TÉCNICA 1:

JUDO PIE. TÉCNICA 2.

JUEDO SUELO. TÉCNICA 3.

CONTRA// TRABAJO LIBRE:



FEDERACIÓN DE JUDO Y D.A. DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS
JIU-JITSU - DEFENSA PERSONAL - KENDO - WU-SHU - AIKIDO



AMARILLO - NARANJA

1ª ACTUACIÓN

JUDO PIE. TÉCNICA 1:

JUDO PIE. TÉCNICA 2.

JUEDO SUELO. TÉCNICA 3.

CONTRA// TRABAJO LIBRE:

2ª ACTUACIÓN

JUDO PIE. TÉCNICA 1:

JUDO PIE. TÉCNICA 2.

JUEDO SUELO. TÉCNICA 3.

CONTRA// TRABAJO LIBRE:



FEDERACIÓN DE JUDO Y D.A. DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS
JIU-JITSU - DEFENSA PERSONAL - KENDO - WU-SHU - AIKIDO



NARANJA

1ª ACTUACIÓN

JUDO PIE. TÉCNICA 1:

JUDO PIE. TÉCNICA 2.

JUEDO SUELO. TÉCNICA 3.

CONTRA// TRABAJO LIBRE:

2ª ACTUACIÓN

JUDO PIE. TÉCNICA 1:

JUDO PIE. TÉCNICA 2.

JUEDO SUELO. TÉCNICA 3.

CONTRA// TRABAJO LIBRE:



FEDERACIÓN DE JUDO Y D.A. DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS
JIU-JITSU - DEFENSA PERSONAL - KENDO - WU-SHU - AIKIDO



NARANJA - VERDE

1ª ACTUACIÓN

JUDO PIE. TÉCNICA 1:

JUDO PIE. TÉCNICA 2.

JUEDO SUELO. TÉCNICA 3.

CONTRA// TRABAJO LIBRE:

2ª ACTUACIÓN

JUDO PIE. TÉCNICA 1:

JUDO PIE. TÉCNICA 2.

JUEDO SUELO. TÉCNICA 3.

CONTRA// TRABAJO LIBRE:



FEDERACIÓN DE JUDO Y D.A. DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS
JIU-JITSU - DEFENSA PERSONAL - KENDO - WU-SHU - AIKIDO



VERDE

1ª ACTUACIÓN

JUDO PIE. TÉCNICA 1:

JUDO PIE. TÉCNICA 2.

JUEDO SUELO. TÉCNICA 3.

CONTRA// TRABAJO LIBRE:

2ª ACTUACIÓN

JUDO PIE. TÉCNICA 1:

JUDO PIE. TÉCNICA 2.

JUEDO SUELO. TÉCNICA 3.

CONTRA// TRABAJO LIBRE:



FEDERACIÓN DE JUDO Y D.A. DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS
JIU-JITSU - DEFENSA PERSONAL - KENDO - WU-SHU - AIKIDO



VERDE - AZUL

1ª ACTUACIÓN

JUDO PIE. TÉCNICA 1:

JUDO PIE. TÉCNICA 2.

JUEDO SUELO. TÉCNICA 3.

CONTRA// TRABAJO LIBRE:

2ª ACTUACIÓN

JUDO PIE. TÉCNICA 1:

JUDO PIE. TÉCNICA 2.

JUEDO SUELO. TÉCNICA 3.

CONTRA// TRABAJO LIBRE:



FEDERACIÓN DE JUDO Y D.A. DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS
JIU-JITSU - DEFENSA PERSONAL - KENDO - WU-SHU - AIKIDO



AZUL

1ª ACTUACIÓN

JUDO PIE. TÉCNICA 1:

JUDO PIE. TÉCNICA 2.

JUEDO SUELO. TÉCNICA 3.

CONTRA// TRABAJO LIBRE:

2ª ACTUACIÓN

JUDO PIE. TÉCNICA 1:

JUDO PIE. TÉCNICA 2.

JUEDO SUELO. TÉCNICA 3.

CONTRA// TRABAJO LIBRE: