












Tani otoshi	Tomoe nage	Harai tsumi komi ashi	Yoko otoshi
			

Hane makikomi	Soto makikomi	Utsuri goshi	O guruma
			

Ude hishigui		Ude hishigui
Hara gatame	Hadaka jime	Ude garami
		

Ude hishigui hiza gatame	
Ude hishigui hiza gatame	Ude Garami
