

Tecnicas Basicas

Ikkyō	Primer principio.
Nikyō	Segundo principio.
Sankyō	Tercer principio.
Yonkyō	Cuarto principio.
Gokyō	Quinto principio.

Tecnicas

Aiki otoshi	
Gansekai otoshi	
Gyaku juji nage	
Gyaku kotegaeshi	
Gyaku ude garami eri kubi gatame	
Hiji osae waza (Rokkyo)	
Hiji gatame	
Hiza tatte tai otoshi	
Ikkyo gaeshi	
Irimi nage	

Juji nage / juji garami	
Kaiten nage	
Kata guruma	
Kata hiji otoshi	
Kaza guruma	
Kiri otoshi	
Kokyuho	
Kokyunage	
Koshinage	
Kotegaeshi	
kubi gatame	
Kubi otoshi	
Kubi shime	
Maki otoshi	
Osoto gari	
Osoto otoshi	
Seio otoshi	
Shihonage	
Sode otoshi	
Sokumen iriminage	
Sudori	
Sudori koshinage	
Sumi otoshi	
Tai otoshi	
Tenchi nage	
Tomoe nage	
Ude garami	
Ude guruma / Ude gaeshi	
Ude kime nage	
Ude maki hajiki goshi	
Uki otoshi	
Ushiro hagai shime nage	
Ushiro eri kubi shime	
Yoko otoshi	
zenpo kokyunage	