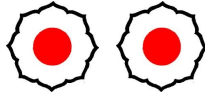


Initiation Judo



N I
Demi jaune

N II
Jaune 5 kyu

N III
Demi orange



HIZA-GURUMA
roue autour du genou



ASHI-GURUMA
enroulement autour de la jambe
ASHI = jambe GURUMA = roue