



Judoklubben Mitani



GUL STREG MED 3 RØDE SNIPPER

KATAME-WASA

KAMI-SHIHO-GATAME



KUZURE-KAMI-SHIHO-GATAME



FRIGØRELSESTEKNIKKER

TEKNIKKER UDFØRES UNDER BEVÆGELSE OG TIL BEGGE SIDER