

Name: _____

Arbeitsblatt Nage-waza 1. bis 3. Dan – Gokyo-Auswahl für die Prüfung

	Wurf	Situation/Interaktion	Te-waza (mind. 2)	Ashi-waza (mind. 2)	Koshi-waza (mind. 2)	Ma-sutemi-waza (mind. 2)	Yoko-sutemiwaza (mind. 2)	Leichter	Anspruchsvoller (mind. 4)
1.									
2.									
3.									
4.									
5.									
6.									
7.									
8.									