

**Materiaal**

Geen

Opstelling

Rijen

Partneroefening

Nee

Graad

7-6 kyu

Uke waza in kata, Uke waza in kata

Een bepaalde techniek dat vaak voorkomt in een kata vervangen door een Uke Waza.

Variatie:

-combineren van technieken ipv vervangen techniek toevoegen