



KIN GERI



HIZA GERI



MAE GERI
CHUDAN



MAE GERI
JODAN



MAWASHI SOTO
KEAGE TEISOKU



MAWASHI UCHI
KEAGE HAJISOKU



YOKO GERI
KEAGE



MAE CHUSOKU
KEAGE



KANETSU GERI
(SOKUTO)



YOKO GERI
CHUDAN



YOKO GERI
JODAN



MAWASHI GERI CHUDAN
(CHUSOKU - HEISOKU)



MAWASHI
GERI JODAN



USHIRO GERI
CHUDAN



USHIRO GERI
JODAN



MAE KAKATO
GERI GEDAN



MAE KAKATO
GERI CHUDAN



MAE KAKATO
GERI JODAN



AGO JODAN
GERI



TOBI NIDAN
GERI



MAE TOBI GERI
(Chusoku)



JODAN UCHI
HAISOKU GERI



OROSHI UCHI
KAKATO GERI



OROSHI SOTO
KAKATO GERI



USHIRO MAWASHI
GERI GEDAN



USHIRO MAWASHI
GERI CHUDAN



USHIRO MAWASHI
GERI JODAN



KAKE GERI
JODAN



KAKE GERI
CHUDAN



YOKO TOBI
GERI



USHIRO
TOBI GERI



USHIRO MAWASHI
TOBI GERI



MAWASHI
TOBI GERI



AGE KAKATO
USHIRO GERI