

CONTACTO **2ª FASE**
SENTIDIÑO



JUDO

DISCIPLINA APLICADA



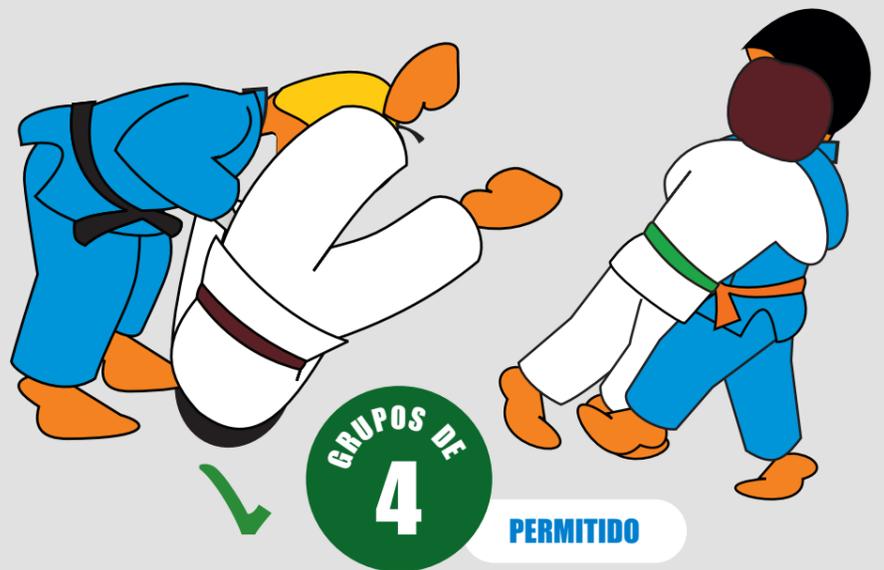
WWW.FGJUDO.COM



VOLTA AO CONTACTO CON SENTIDIÑO PERMITIDO NESTA 2ª FASE



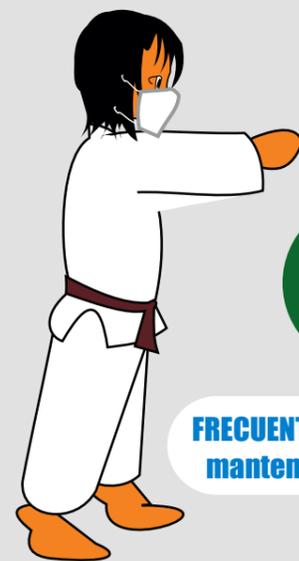
OBRIGATORIO MÁSCARA
con filtrado bidireccional



#galiciajudo



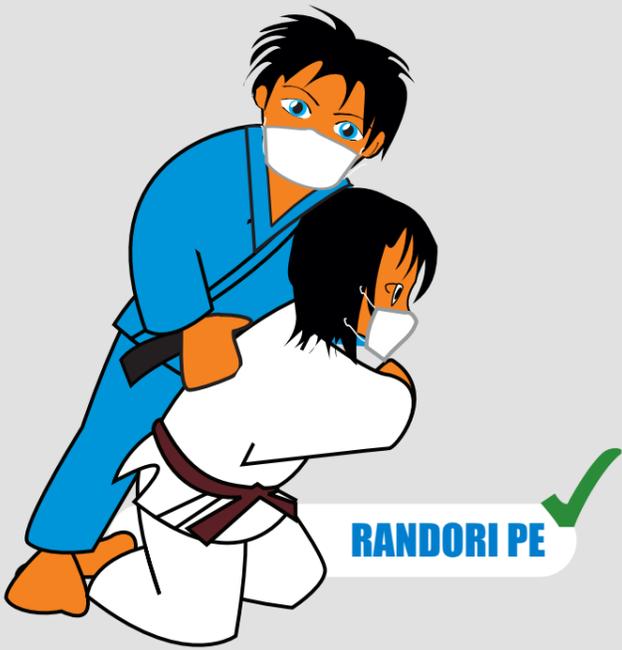
TACHI WAZA



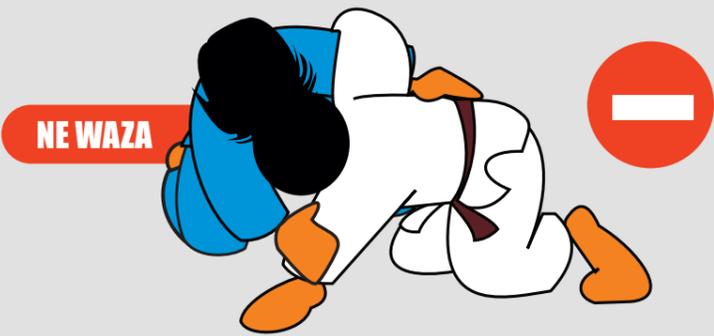
1.5 m.
DISTANCIA

FRECENTES DESCANSOS
mantendo a distancia

VOLTA AO CONTACTO CON SENTIDIÑO PERMITIDO NESTA 2ª FASE



#galiciajudo



SENTIDIÑO



TERMÓMETRO



HIDROALCOHOL



MASCARA



DESINFECCIÓN DE
COLCHONS

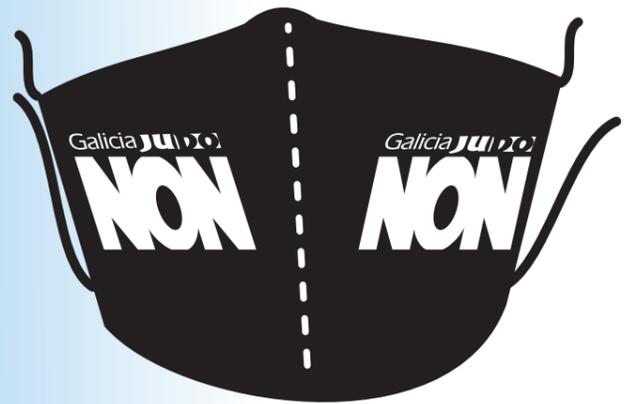


SEPARACIÓN
DE QUENDAS

OBRIGATORIO EN TODAS AS SESIÓNS

JUDO

DISCIPLINA APLICADA



WWW.FGJUDO.COM

