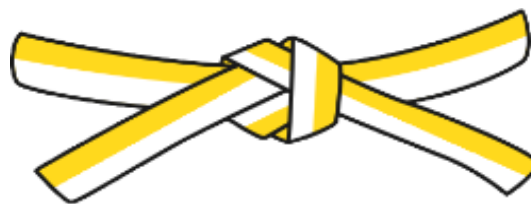


## Program za pojas – PARTER

---

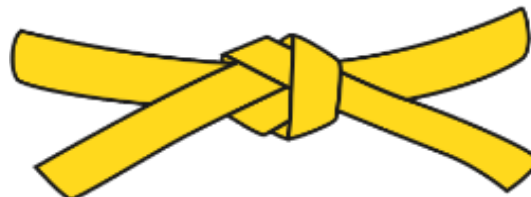
### BIJELOŽUTI POJAS:

- Kuzure kesa gatame
- Mune gatame
- Izvlačenje iz kkg – okret prsa
- Prelazak iz kuzure u mune gatame
- Okretanje s prsa pomoću ključa - do mune gatamea



### ŽUTI POJAS:

- Kesa gatame
- Yoko shiho gatame
- Izvlačenje iz kg – hvatanje noge
- Prelazak iz kesa u yoko shiho gatame
- Okretanje četveronoške (prasic) – do yoko shiho gatamea
- Rušenje s koljena – kesa gatame



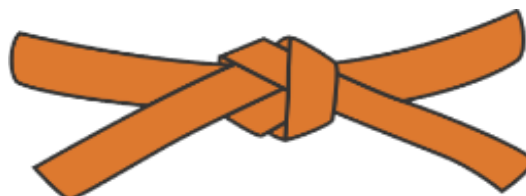
### ŽUTONARANČASTI POJAS:

- Ushiro kesa gatame
- Tate shiho gatame
- Prelazak iz kesa gatame u ushiro kesa gatame
- Izvlačenje iz yoko shiho gatamea – hvatanje noge
- Yoko – tate shiho gatame
- Ulazak u yoko shiho gatame prelaskom nogu



### NARANČASTI:

- Kami shiho gatame
- Izvlačenje iz kami shiho gatamea
- Kesa – yoko - tate shiho gatame
- Ulazak u kami shiho gatame - ključ na ruci



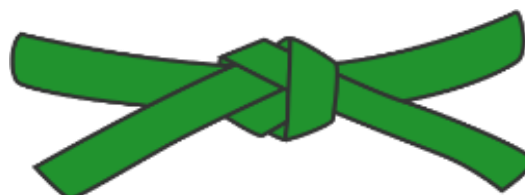
### NARANČASTOZELENI:

- Kata gatame
- Sankaku gatame
- Juji gatame
- Kesa – yoko – tate – kata gatame
- Ushiro – kami – ushiro kesa gatame



### ZELENI/PLAVI:

- Sankaku 2 načina
- Juji gatame 2 načina
- Hadaka jime



- Okuri eri jime
- Kata ha jime
- Ulazak u okuri eri jime

