

## Legende

### Afkorting

### Betekenis

fund.	fundamentele techniek / basis
R	rechts
L	links
2 vars.	2 variaties
schakel W/W	schakelen van worp naar worp
schakel W/H	schakelen van worp naar houdgreep
schakel H/H	schakelen van houdgreep naar houdgreep
verpl.	techniek kunnen uitvoeren in verplaatsing
overn.	overname (tori valt deze techniek aan, uke neemt over met andere techniek)