

Type	Attaque	Routine De Self		Niveau	
			Défense		
<b>Cheveux</b>	<b>Face</b>	1.	Sur Place	Verte	
		2.	Tiré	Verte	
	<b>Côté</b>	3.		Verte	
	<b>Côté Opposé</b>	4.		Verte	
	<b>Dos</b>	5.		Verte	
<b>Cou</b>	<b>Etranglement Avant</b>	6.	Pique Gorge	Jaune	
		7.	Crochetage	Jaune	
		8.	Poussé	Orange	
	<b>Guillotine</b>	9.			
	<b>Etranglement De Côté</b>	10.	Basique	Jaune	
	<b>Arrière</b>	11.	Sur Pace	Jaune	
		12.	Tiré	Jaune	
	<b>Arrière Avant Bras</b>	13.	Poussé	Orange	
14.		Basique	Orange		
<b>Etreintes</b>	<b>Avant</b>	15.	Projection Ou Clé De Nuque	Orange	
		16.	Fermée	Verte	
		17.	Ouverte	Verte	
		18.	Ouverte Tête Collée		
	<b>Avant Aux Jambes</b>	19.		Verte	
		20.	Clé Nuque	Verte	
		21.	Avant Bras	Verte	
		22.	Pieds Parties	Verte	
	<b>Avant Soulevée</b>	23.		Verte	
	<b>Côté</b>	24.		Verte	
	<b>Arrière</b>	25.	Fermée	Verte	
		26.	Ouverte	Verte	
		27.	Soulevée	Verte	
	<b>Sol</b>	<b>Prise De Mains</b>	28.	Pontage	Verte
29.			Clé De Poignet	Verte	
30.			Clé De Poignet Opposé	Verte	
<b>Etranglement</b>		31.	Pique Gorge	Verte	
		32.	Crochetage	Verte	
		33.	Coudes	Verte	
		34.	Têtes Rapprochées	Frappe Nuque	Verte
		35.		Doigt De L'œil	Verte
		36.		Cheveux	Verte
<b>Etranglement A Côté</b>		37.	Jujigatame	Verte	
		38.	Juji Inverse	Verte	
<b>Saisie Judo</b>		39.		Verte	