

SAKURAI

ENTRAÎNEMENT PAR DAREBEE © darebee.fr

10 combos chacun | Niveau I 3 séries Niveau II 4 séries Niveau III 5 séries

Repos jusqu'à 2 minutes



1. coupes horizontales: gauche + droite + à une main

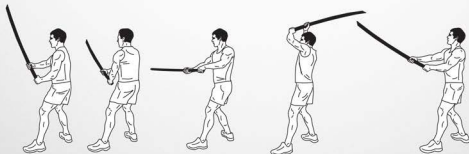
2. coupes en zigzag

(niveau du ventre / niveau de la tête)



3. coupe verticale de haut en bas + de bas en haut

4. coupe verticale + coup d'estoc



5. esquiver le coup + coupe (niveau du ventre)

6. coupes verticales x2