

# MODERN JU-JITSU POLSKA UKE-WAZA / BLOKI I ZBICIA

---



**URA-SOTO-UKE**



**UCHI-UKE**



**MAE-ZENWAN-UKE**



**GEDAN-UKE**



**URA-GEDAN-UKE**

# MODERN JU-JITSU POLSKA UKE-WAZA / BLOKI I ZBICIA

---



**OROSHI-UKE**



**URA-OROSHI-UKE**



**JODAN-UKE**



**SUNE-UKE**



**SOTO-SUNE-UKE**