

Ejercicio Sincronización Kata Equipo

Un ejercicio basado en realizar una serie de técnicas preestablecidas frente a un compañero. Uno las realiza a máxima velocidad y el otro debe ejercitar su reacción visual y ejecutarla con la mayor rapidez para llegar ambos a la vez.

The Adobe Flash Player is required for video playback.

[Get the latest Flash Player](#) or [Watch this video on YouTube](#).

Autores: Carlos Moltó realiza el inicio de la técnica y Daniel Tchev debe reaccionar al mismo tiempo.