



FEUILLE D'ÉVALUATION



Rappel réglementaire : - 1 méconnaissance par domaine est admise.

Bleue - Marron

Nom :	Date du passage de grade :
Prénom :

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE WAZA, JUDO, JUJITSU)

KOSHI-WAZA	TE-WAZA	ASHI-WAZA	SUTEMI-WAZA
- Hané goshi <input type="checkbox"/>	- Morote gari <input type="checkbox"/>	- Harai tsurikomi ashi <input type="checkbox"/>	- Yoko guruma <input type="checkbox"/>
- Utsuri goshi <input type="checkbox"/>		- Uchi mata <input type="checkbox"/>	

TECHNIQUES AU SOL (NE WAZA JUDO, JUJITSU)

IMMOBILISATIONS OSAEKOMI-WAZA	ETRANGLEMENTS SHIME-WAZA	CLES AUX COUDES KANSETSU-WAZA
- Ushiro gesa gatame <input type="checkbox"/>	- Hadaka jime <input type="checkbox"/>	- Waki gatame <input type="checkbox"/>
- Tate shiho gatame <input type="checkbox"/>		

TECHNIQUES DE DEFENSE (JUDO – JUJITSU)

Séries A, B et C des 20 prédéfinies C3 = JODAN NANAME SHUTO D2 = SHUDAN TSUKKOMI	Défenses : 2 réponses libres à 2 situations d'agression
--	--

UCHI-KOMI : Contenu épreuve : 1'30 sur avancée et recul du partenaire	EXERCICES D'APPLICATION A REALISER 1 KAKARI-GEIKO de 2' max (<i>Tori propose des enchaînements et Uke défend librement (candidat jugé en Tori)</i>) + 1 YAKU-SOKU-GEIKO de 2' max.
--	--

EVALUATION GRADE VALIDEE :	OUI <input type="checkbox"/>	NON <input type="checkbox"/>
Signature :		



ÉVALUATION BLEUE-MARRON



HANE GOSHI



UTSURI GOSHI



MOROTE GARI



HARAI TSURIKOMI ASHI



UCHI MATA



YOKO GURUMA



TATE SHIHO GATAME



USHIRO KESA GATAME



HADAKA JIME



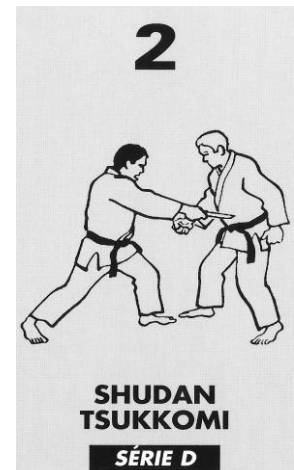
WAKI GATAME



3

**JODAN
NANAME SHUTO**

SÉRIE C



2

**SHUDAN
TSUKKOMI**

SÉRIE D



FEUILLE D'ÉVALUATION



Rappel réglementaire : - 1 méconnaissance par domaine est admise.

Bleue - Marron

Nom :	Date du passage de grade :
Prénom :

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE WAZA, JUDO, JUJITSU)

KOSHI-WAZA	TE-WAZA	ASHI-WAZA	SUTEMI-WAZA
- Ushiro goshi <input type="checkbox"/>	- Eri seoi nage <input type="checkbox"/>	- Ashi guruma <input type="checkbox"/>	- Tomoe nage <input type="checkbox"/>
- Tsurikomi goshi <input type="checkbox"/>		- Uchi mata <input type="checkbox"/>	

TECHNIQUES AU SOL (NE WAZA JUDO, JUJITSU)

IMMOBILISATIONS OSAEKOMI-WAZA	ETRANGLEMENTS SHIME-WAZA	CLES AUX COUDES KANSETSU-WAZA
- Hon gesa gatame <input type="checkbox"/>	- Kata ha jime <input type="checkbox"/>	- Ude garami <input type="checkbox"/>
-- Kata gatame <input type="checkbox"/>		

TECHNIQUES DE DEFENSE (JUDO – JUJITSU)

Séries A, B et C des 20 prédéfinies D1 = NANAME TSUKI C2 = SHUDAN GIYAKU TSUKI	Défenses : 2 réponses libres à 2 situations d'agression
--	--

UCHI-KOMI : Contenu épreuve : 1'30 sur avancée et recul du partenaire	EXERCICES D'APPLICATION A REALISER 1 KAKARI-GEIKO de 2' max (<i>Tori propose des enchaînements et Uke défend librement (candidat jugé en Tori)</i>) + 1 YAKU-SOKU-GEIKO de 2' max.
--	--

EVALUATION GRADE VALIDEE :	OUI <input type="checkbox"/>	NON <input type="checkbox"/>
Signature :		



ÉVALUATION BLEUE-MARRON



USHIRO GOSHI



TSURIKOMI GOSHI



ERI SEI NAGE



ASHI GURUMA



UCHI MATA



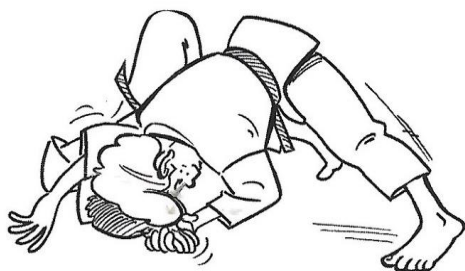
TOMOE NAGE



HON-GESA-GATAME
CONTRÔLE LATÉRO-COSTAL

KATA-GATAME

CONTRÔLE
LATÉRO-COSTAL



KATA HA JIME



UDE GARAMI

1

NANAME TSUKI
SÉRIE D

2

**SHUDAN
GIAKU TSUKI**
SÉRIE C



FEUILLE D'ÉVALUATION



Rappel réglementaire : - 1 méconnaissance par domaine est admise.

Bleue - Marron

Nom :	Date du passage de grade :
Prénom :

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE WAZA, JUDO, JUJITSU)

KOSHI-WAZA	TE-WAZA	ASHI-WAZA	SUTEMI-WAZA
- Koshi guruma <input type="checkbox"/>	- Ippon seoi nage <input type="checkbox"/>	- Ko uchi gari <input type="checkbox"/>	- Tani otoshi <input type="checkbox"/>
- Harai goshi <input type="checkbox"/>		- Okuri ashi barai <input type="checkbox"/>	

TECHNIQUES AU SOL (NE WAZA JUDO, JUJITSU)

IMMOBILISATIONS OSAEKOMI-WAZA	ETRANGLEMENTS SHIME-WAZA	CLES AUX COUDES KANSETSU-WAZA
- Hon gesa gatame <input type="checkbox"/>	- Okuri eri jime <input type="checkbox"/>	- Juji gatame <input type="checkbox"/>
- Ushiro gesa gatame <input type="checkbox"/>		

TECHNIQUES DE DEFENSE (JUDO – JUJITSU)

Séries A, B et C des 20 prédéfinies D3 = NANAME UCHI C1 = JODAN OIE TSUKI	Défenses : 2 réponses libres à 2 situations d'agression
---	--

UCHI-KOMI : Contenu épreuve : 1'30 sur avancée et recul du partenaire	EXERCICES D'APPLICATION A REALISER 1 KAKARI-GEIKO de 2' max (<i>Tori propose des enchaînements et Uke défend librement (candidat jugé en Tori)</i>) + 1 YAKU-SOKU-GEIKO de 2' max.
--	--

EVALUATION GRADE VALIDEE :	OUI <input type="checkbox"/>	NON <input type="checkbox"/>
Signature :		



ÉVALUATION BLEUE-MARRON

HARAI GOSHI



IPPON SEOI NAGE



KO UCHI GARI



KOSHI GURUMA



HON-GESA-GATAME
CONTRÔLE LATÉRO-COSTAL



OKURI ASHI BARAI



TANI OTOSHI



OKURI ERI JIME

USHIRO KESA GATAME



JUJI GATAME

3



NANAME UCHI
SÉRIE D

1



JODAN OIE TSUKI
SÉRIE C