Code fiche : FEDT-1A
Ordre de passage :

FEUILLE D'ÉVALUATION

1er DAN - UV2 (dominante technique)

Rappel réglementaire : - 1 méconnaissance par domaine est admise.

NOM :	**Date de naissance :**
Prénom :	**N° de licence :**
Ligue :	

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE WAZA JUDO, JUJITSU)

KOSHI-WAZA	TE-WAZA	ASHI-WAZA	SUTEMI-WAZA
– Uki-goshi ❑	– Uki-otoshi ❑	– O-soto-gari ❑	–Tani-otoshi ❑
– Koshi-guruma ❑		– Ko-soto-gari ❑	

TECHNIQUES AU SOL (NE WAZA JUDO, JUJITSU)

IMMOBILISATIONS OSAEKOMI-WAZA	ÉTRANGLEMENTS SHIME-WAZA	CLÉS AUX COUDES KANSETSU-WAZA
– Hon-gesa-gatame ❑	– Gyaku-juji-jime ❑	– Ude-garami ❑
– Yoko-shiho-gatame ❑		

TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C des 20 prédéfinies C3 = JODAN NANAME SHUTO B5 = HADAKA JIME	Défenses : 1 réponse libre à chaque situation d'agression

UCHI-KOMI : Contenu épreuve : 1'30 sur avancée et 1'30 sur le recul de UKE sur 2 techniques différentes minimum	**EXERCICES D'APPLICATION À RÉALISER** 1 KAKARI-GEIKO de 2' max *(« Tori propose des enchainements et uke défend librement » (candidat jugé en tori))* + 1 YAKU-SOKU-GEIKO de 2' max

⇨ *Cadre réservé au responsable de CORG :*

ÉPREUVE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE : OUI : ❑ NON : ❑

Signature de chaque juge :

Signature et cachet du CORG :

Code fiche : FEDT-1A

Ordre de passage :

FEUILLE D'ÉVALUATION

PROGRAMME TECHNIQUE A REALISER (APPLICATION DES TEXTES OFFICIELS)

Uki-goshi

Koshi-guruma

Uki-otoshi

O-soto-gari

Ko-soto-gari

Tani-otoshi

Hon-gesa-gatame

Yoko Shiho Gatame

Gyaku-juji-jime

Ude-garami

FEUILLE D'ÉVALUATION

Code fiche : FEDT-1B

Ordre de passage :

1er DAN - UV2 (dominante technique)

Rappel réglementaire : - 1 méconnaissance par domaine est admise.

NOM :	**Date de naissance :**
Prénom :	**N° de licence :**
Ligue :	

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

KOSHI-WAZA	TE-WAZA	ASHI-WAZA	SUTEMI-WAZA
– Ushiro-goshi ❑ – Koshi-guruma ❑	– Seoi-otoshi ❑	– Ko-uchi-gari ❑ – Sasae-tsurikomi-ashi ❑	– Yoko-guruma ❑

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

IMMOBILISATIONS OSAEKOMI-WAZA	ÉTRANGLEMENTS SHIME-WAZA	CLÉS AUX COUDES KANSETSU-WAZA
– Kuzure-gesa-gatame ❑ – Hon-gesa-gatame ❑	– Sankaku-jime ❑	– Ude-garami ❑

TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C des 20 prédéfinies C3 = JODAN NANAME SHUTO B5 = HADAKA JIME	Défenses : 1 réponse libre à chaque situation d'agression

UCHI-KOMI : Contenu épreuve : 1'30 sur avancée et 1'30 sur le recul de UKE sur 2 techniques différentes minimum	**EXERCICES D'APPLICATION À RÉALISER** 1 KAKARI-GEIKO de 2' max *(« Tori attaque uniquement avec des ashi-waza, uke esquive les attaques » (candidat jugé en tori))* + 1 YAKU-SOKU-GEIKO de 2' max

⇨ *Cadre réservé au responsable de CORG :*

ÉPREUVE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE : OUI : ❑ NON : ❑

Signature de chaque juge :

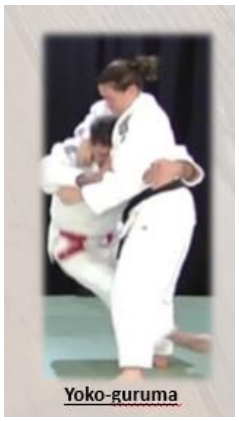
Signature et cachet du CORG :

FEUILLE D'ÉVALUATION

Code fiche : FEDT-1B

Ordre de passage :

PROGRAMME TECHNIQUE A REALISER (APPLICATION DES TEXTES OFFICIELS)



FEUILLE D'ÉVALUATION

Code fiche : FEDT-1C
Ordre de passage :

1er DAN - UV2 (dominante technique)

Rappel réglementaire : - 1 méconnaissance par domaine est admise.

NOM :	**Date de naissance :**
Prénom :	**N° de licence :**
Ligue :	

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

KOSHI-WAZA	TE-WAZA	ASHI-WAZA	SUTEMI-WAZA
– Hane-goshi ❑ – Koshi-guruma ❑	– Seoi-otoshi ❑	– Ko-uchi-gari ❑ – Sasae-tsurikomi-ashi ❑	– Yoko-guruma ❑

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

IMMOBILISATIONS OSAEKOMI-WAZA	ÉTRANGLEMENTS SHIME-WAZA	CLÉS AUX COUDES KANSETSU-WAZA
– Kuzure-gesa-gatame ❑ – Hon-gesa-gatame ❑	– Sankaku-jime ❑	– Ude-garami ❑

TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C des 20 prédéfinies C3 = JODAN NANAME SHUTO B1 = MAE DORI	Défenses : 1 réponse libre à chaque situation d'agression

UCHI-KOMI : Contenu épreuve : 1'30 sur avancée et 1'30 sur le recul de UKE sur 2 techniques différentes minimum	**EXERCICES D'APPLICATION À RÉALISER** 1 KAKARI-GEIKO de 2' max *(« Tori propose des enchainements et uke défend librement » (candidat jugé en tori))* + 1 YAKU-SOKU-GEIKO de 2' max

⇨ *Cadre réservé au responsable de CORG :*

ÉPREUVE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE : OUI : ❑ NON : ❑

Signature de chaque juge :

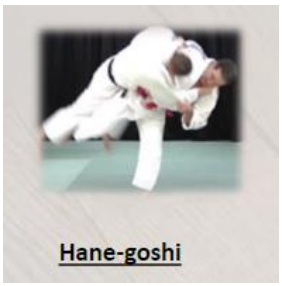
Signature et cachet du CORG :

FEUILLE D'ÉVALUATION

Code fiche : FEDT-1C

Ordre de passage :

PROGRAMME TECHNIQUE A REALISER (APPLICATION DES TEXTES OFFICIELS)

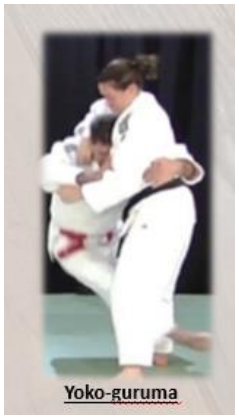

Hane-goshi

Koshi-guruma

Seoi-otoshi

Ko-uchi-gari

Sasae-tsurikomi-ashi


Yoko-guruma

Hon-gesa-gatame

Kuzure-gesa-gatame

Sankaku-jime

Ude-garami

FEUILLE D'ÉVALUATION

Code fiche : FEDT-1D
Ordre de passage :

1er DAN - UV2 (dominante technique)

Rappel réglementaire : - 1 méconnaissance par domaine est admise.

NOM :	**Date de naissance :**
Prénom :	**N° de licence :**
Ligue :	

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

KOSHI-WAZA	TE-WAZA	ASHI-WAZA	SUTEMI-WAZA
– Hane-goshi ❑	– Ippon-seoi-nage ❑ – Tai-otoshi ❑	– O-uchi-gari ❑ – Uchi-mata ❑	– Yoko-guruma ❑

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

IMMOBILISATIONS OSAEKOMI-WAZA	ÉTRANGLEMENTS SHIME-WAZA	CLÉS AUX COUDES KANSETSU-WAZA
– Kami-shiho-gatame ❑ – Kata-gatame ❑	– Nami-juji-jime ❑	– Ude-hishigi-hara-gatame ❑

TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C des 20 prédéfinies A3 = KATATE DORI C2 = SHUDAN GIAKU TSUKI	Défenses : 1 réponse libre à chaque situation d'agression

UCHI-KOMI : Contenu épreuve : 1'30 sur avancée et 1'30 sur le recul de UKE sur 2 techniques différentes minimum	**EXERCICES D'APPLICATION À RÉALISER** 2 YAKU-SOKU-GEIKO de 2' max

⇨ *Cadre réservé au responsable de CORG :*

ÉPREUVE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE : OUI : ❑ NON : ❑

Signature de chaque juge :

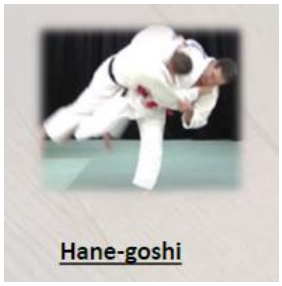
Signature et cachet du CORG :

FEUILLE D'ÉVALUATION

Code fiche : FEDT-1D

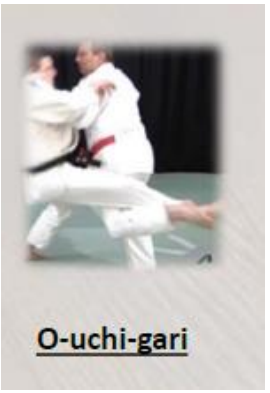
Ordre de passage :

PROGRAMME TECHNIQUE A REALISER (APPLICATION DES TEXTES OFFICIELS)


Hane-goshi

Ippon-seoi-nage

Tai-otoshi


O-uchi-gari

Uchi-mata

Yoko-guruma

Kami Shiho Gatame

Kata-gatame

Nami-juji-jime

Ude-ishigi-hara-gatame

FEUILLE D'ÉVALUATION

Code fiche : FEDT-1E
Ordre de passage :

1er DAN - UV2 (dominante technique)

Rappel réglementaire : - 1 méconnaissance par domaine est admise.

NOM :	**Date de naissance :**
Prénom :	**N° de licence :**
Ligue :	

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

KOSHI-WAZA	TE-WAZA	ASHI-WAZA	SUTEMI-WAZA
– Harai-goshi ❑	– Ippon-seoi-nage ❑ – Kata-guruma ❑	– O-uchi-gari ❑ – O-soto-gari ❑	– Yoko-guruma ❑

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

IMMOBILISATIONS OSAEKOMI-WAZA	ÉTRANGLEMENTS SHIME-WAZA	CLÉS AUX COUDES KANSETSU-WAZA
– Kami-shiho-gatame ❑ – Tate-shiho-gatame ❑	– Nami-juji-jime ❑	– Ude-hishigi-juji-gatame ❑

TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C des 20 prédéfinies A3 = KATATE DORI B4 = MAE DORI	Défenses : 1 réponse libre à chaque situation d'agression

UCHI-KOMI : Contenu épreuve : 1'30 sur avancée et 1'30 sur le recul de UKE sur 2 techniques différentes minimum	**EXERCICES D'APPLICATION À RÉALISER** 2 YAKU-SOKU-GEIKO de 2' max

⇨ *Cadre réservé au responsable de CORG :*

ÉPREUVE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE : OUI : ❑ NON : ❑

Signature de chaque juge :

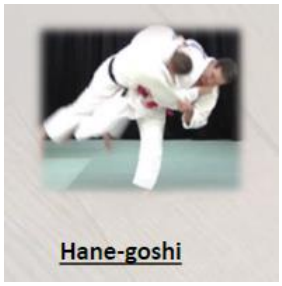
Signature et cachet du CORG :

FEUILLE D'ÉVALUATION

Code fiche : FEDT-1E

Ordre de passage :

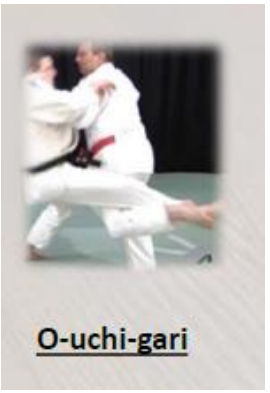
PROGRAMME TECHNIQUE A REALISER (APPLICATION DES TEXTES OFFICIELS)



Hane-goshi

Ippon-seoi-nage

Kata-guruma



O-uchi-gari

O-soto-gari

Yoko-guruma

Kami Shiho Gatame

Tate Shiho Gatame

Nami-juji-jime

Ude-ishigi-juji-gatame

3. MAE DORI KUBI

Saisie à 2 mains de face au cou

4. MAE DORI

Saisie de face au cou

FEUILLE D'ÉVALUATION

Code fiche : FEDT-1F
Ordre de passage :

1er DAN - UV2 (dominante technique)

Rappel réglementaire : - 1 méconnaissance par domaine est admise.

NOM :	**Date de naissance :**
Prénom :	**N° de licence :**
Ligue :	

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

KOSHI-WAZA	TE-WAZA	ASHI-WAZA	SUTEMI-WAZA
– Uki-goshi ❑	– Te-guruma ❑ – Morote-gari ❑	– Ko-soto-gake ❑ – Osoto-otoshi ❑	– Tomoe-nage ❑

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

IMMOBILISATIONS OSAEKOMI-WAZA	ÉTRANGLEMENTS SHIME-WAZA	CLÉS AUX COUDES KANSETSU-WAZA
– Kuzure-kami-shiho-gatame ❑	– Kata-ha-jime ❑ – Kata-juji-jime ❑	– Ude-hishigi-ude-gatame ❑

TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C des 20 prédéfinies A2 = ERI DORI B2 = YOKO DORI	Défenses : 1 réponse libre à chaque situation d'agression

UCHI-KOMI : Contenu épreuve : 1'30 sur avancée et 1'30 sur le recul de UKE sur 2 techniques différentes minimum	**EXERCICES D'APPLICATION À RÉALISER** 2 KAKARI GEIKO de 2' max

⇨ *Cadre réservé au responsable de CORG :*

ÉPREUVE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE : OUI : ❑ NON : ❑

Signature de chaque juge :

Signature et cachet du CORG :

FEUILLE D'ÉVALUATION

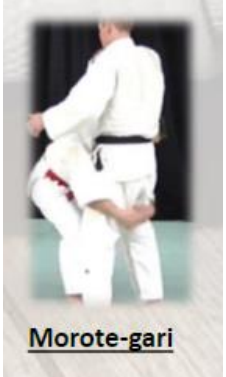
Code fiche : FEDT-1F

Ordre de passage :

PROGRAMME TECHNIQUE A REALISER (APPLICATION DES TEXTES OFFICIELS)

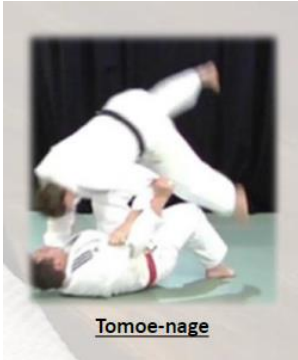
Uki-goshi

Te-guruma


Morote-gari

Ko-soto-gake

O-soto-otoshi


Tomoe-nage

Kuzure Kami Shiho Gatame

Kata-ha-jime

Kata-juji-jime

Ude-gatame

FEUILLE D'ÉVALUATION

Code fiche : FEDT-1G
Ordre de passage :

1er DAN - UV2 (dominante technique)

Rappel réglementaire : - 1 méconnaissance par domaine est admise.

NOM :	**Date de naissance :**
Prénom :	**N° de licence :**
Ligue :	

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

KOSHI-WAZA	TE-WAZA	ASHI-WAZA	SUTEMI-WAZA
– O-goshi ❑	– Te-guruma ❑ – Morote-seoi-nage ❑	– Ko-soto-gake ❑ – Okuri-ashi-barai ❑	– Sumi-gaeshi ❑

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

IMMOBILISATIONS OSAEKOMI-WAZA	ÉTRANGLEMENTS SHIME-WAZA	CLÉS AUX COUDES KANSETSU-WAZA
– Kuzure-kami-shiho-gatame ❑	– Hadaka-jime ❑ – Kata-juji-jime ❑	– Ude-hishigi-hiza-gatame ❑

TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C des 20 prédéfinies A3 = MAE DORI KUBI C3 = JODAN NANAME SHUTO	Défenses : 1 réponse libre à chaque situation d'agression

UCHI-KOMI : Contenu épreuve : 1'30 sur avancée et 1'30 sur le recul de UKE sur 2 techniques différentes minimum	**EXERCICES D'APPLICATION À RÉALISER** 2 KAKARI GEIKO de 2' max

⇨ *Cadre réservé au responsable de CORG :*

ÉPREUVE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE : OUI : ❑ NON : ❑

Signature de chaque juge :

Signature et cachet du CORG :

FEUILLE D'ÉVALUATION

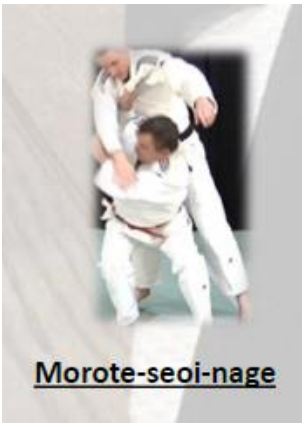
Code fiche : FEDT-1G

Ordre de passage :

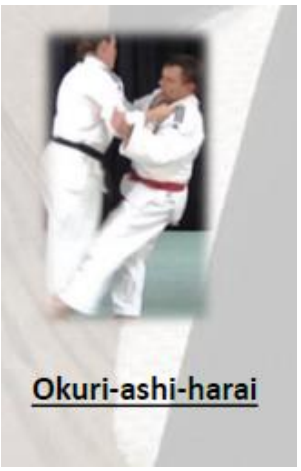
PROGRAMME TECHNIQUE A REALISER (APPLICATION DES TEXTES OFFICIELS)

O-goshi

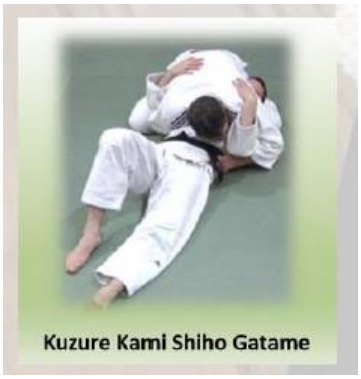
Te-guruma


Morote-seoi-nage

Ko-soto-gake


Okuri-ashi-harai

Sumi-gaeshi


Kuzure Kami Shiho Gatame

Hadaka-jime

Kata-juji-jime

Hiza-gatame

FEUILLE D'ÉVALUATION

Code fiche : FEDT-1H
Ordre de passage :

1er DAN - UV2 (dominante technique)

Rappel réglementaire : - 1 méconnaissance par domaine est admise.

NOM :	**Date de naissance :**
Prénom :	**N° de licence :**
Ligue :	

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

KOSHI-WAZA	TE-WAZA	ASHI-WAZA	SUTEMI-WAZA
–Sode-tsurikomi-goshi ❑	– Kibisu-gaeshi ❑ – Morote-seoi-nage ❑	– Hiza-guruma ❑ – Okuri-ashi-barai ❑	– Soto-maki-komi ❑

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

IMMOBILISATIONS OSAEKOMI-WAZA	ÉTRANGLEMENTS SHIME-WAZA	CLÉS AUX COUDES KANSETSU-WAZA
– Ushiro-gesa–gatame ❑	– Hadaka-jime ❑ – Gyaku-juji-jime ❑	– Ude-hishigi-waki-gatame ❑

TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C des 20 prédéfinies A4 = YOKO DORI KUBI C5 = SHUDAN MAWAISHI GERI	Défenses : 1 réponse libre à chaque situation d'agression

UCHI-KOMI : Contenu épreuve : 1'30 sur avancée et 1'30 sur le recul de UKE sur 2 techniques différentes minimum	**EXERCICES D'APPLICATION À RÉALISER** 1 KAKARI-GEIKO de 2' max *(« Tori propose des enchainements et uke défend librement » (candidat jugé en tori))* + 1 YAKU-SOKU-GEIKO de 2' max

⇨ *Cadre réservé au responsable de CORG :*

ÉPREUVE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE : OUI : ❑ NON : ❑

Signature de chaque juge :

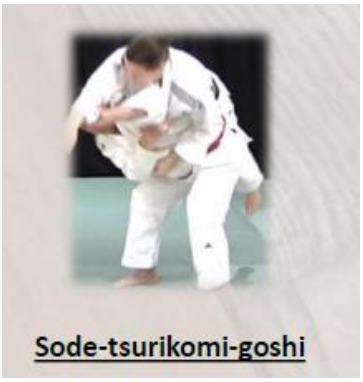
Signature et cachet du CORG :

FEUILLE D'ÉVALUATION

Code fiche : FEDT-1H

Ordre de passage :

PROGRAMME TECHNIQUE A REALISER (APPLICATION DES TEXTES OFFICIELS)

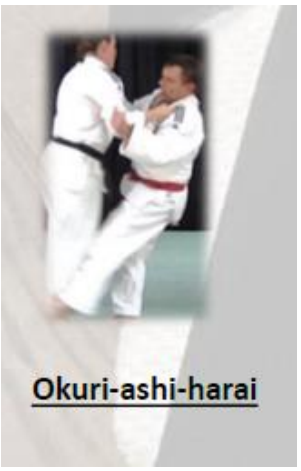


Sode-tsurikomi-goshi

Kibisu-gaeshi

Morote-seoi-nage

Hiza-guruma



Okuri-ashi-harai

Soto-maki-komi

Ushiro-gesa-gatame

Hadaka-jime

Gyaku-juji-jime

Ude-ishigi-waki-gatame

FEUILLE D'ÉVALUATION

Code fiche : FEDT-1I

Ordre de passage :

1er DAN - UV2 (dominante technique)

Rappel réglementaire : - 1 méconnaissance par domaine est admise.

NOM :	**Date de naissance :**
Prénom :	**N° de licence :**
Ligue :	

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

KOSHI-WAZA	TE-WAZA	ASHI-WAZA	SUTEMI-WAZA
– Uchi-mata ❑	– Kuchiki-daoshi ❑ – Morote-seoi-nage ❑	– Hiza-guruma ❑ – Ko-soto-gari ❑	– Tani-otoshi ❑

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

IMMOBILISATIONS OSAEKOMI-WAZA	ÉTRANGLEMENTS SHIME-WAZA	CLÉS AUX COUDES KANSETSU-WAZA
– Yoko-shiho--gatame ❑	– Hadaka-jime ❑ – Kata-te-jime ❑	– Ude-hishigi-waki-gatame ❑

TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C des 20 prédéfinies A5 = YOKO SODE DORI C4 = SHUDAN MAE GERI KEKOMI	Défenses : 1 réponse libre à chaque situation d'agression

UCHI-KOMI : Contenu épreuve : 1'30 sur avancée et 1'30 sur le recul de UKE sur 2 techniques différentes minimum	**EXERCICES D'APPLICATION À RÉALISER** 1 KAKARI-GEIKO de 2' max *(« Tori propose des enchainements et uke défend librement » (candidat jugé en tori))* + 1 YAKU-SOKU-GEIKO de 2' max

⇨ *Cadre réservé au responsable de CORG :*

ÉPREUVE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE : OUI : ❑ NON : ❑

Signature de chaque juge :

Signature et cachet du CORG :

FEUILLE D'ÉVALUATION

Code fiche : FEDT-1I

Ordre de passage :

PROGRAMME TECHNIQUE A REALISER (APPLICATION DES TEXTES OFFICIELS)

Uchi-mata

Kuchiki-daoshi

Morote-seoi-nage

Hiza-guruma

Ko-soto-gari

Tani-otoshi

Yoko Shiho Gatame

Hadaka-jime

Kata-te-jime (Koshi-jime)

Ude-ishigi-waki-gatame

FEUILLE D'ÉVALUATION

Code fiche : FEDT-1J
Ordre de passage :

1er DAN - UV2 (dominante technique)

Rappel réglementaire : - 1 méconnaissance par domaine est admise.

NOM :	**Date de naissance :**
Prénom :	**N° de licence :**
Ligue :	

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

KOSHI-WAZA	TE-WAZA	ASHI-WAZA	SUTEMI-WAZA
–Utsuri-goshi ❑	– Kuchiki-daoshi ❑ – Morote-seoi-nage ❑	– Hiza-guruma ❑ –De-ashi-harai ❑	–Sumi-gaeshi ❑

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

IMMOBILISATIONS OSAEKOMI-WAZA	ÉTRANGLEMENTS SHIME-WAZA	CLÉS AUX COUDES KANSETSU-WAZA
– Yoko-shiho--gatame ❑	– Hadaka-jime ❑ – Sankaku-jime ❑	– Ude-garami ❑

TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C des 20 prédéfinies B3 = YOKO DORI C1 = JODAN OIE TSUKI	Défenses : 1 réponse libre à chaque situation d'agression

UCHI-KOMI : Contenu épreuve : 1'30 sur avancée et 1'30 sur le recul de UKE sur 2 techniques différentes minimum	**EXERCICES D'APPLICATION À RÉALISER** 1 KAKARI-GEIKO de 2' max *(« Tori propose des enchainements et uke défend librement » (candidat jugé en tori))* + 1 YAKU-SOKU-GEIKO de 2' max

⇨ *Cadre réservé au responsable de CORG :*

ÉPREUVE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE : OUI : ❑ NON : ❑

Signature de chaque juge :

Signature et cachet du CORG :

FEUILLE D'ÉVALUATION

Code fiche : FEDT-1J

Ordre de passage :

PROGRAMME TECHNIQUE A REALISER (APPLICATION DES TEXTES OFFICIELS)

Utsuri-goshi

Kuchiki-daoshi

Morote-seoi-nage

Hiza-guruma

De-ashi-harai

Sumi-gaeshi

Yoko Shiho Gatame

Hadaka-jime

Sankaku-jime

Ude-garami

FEUILLE D'ÉVALUATION

Code fiche : FEDT-1K
Ordre de passage :

1er DAN - UV2 (dominante technique)

Rappel réglementaire : - 1 méconnaissance par domaine est admise.

NOM :	**Date de naissance :**
Prénom :	**N° de licence :**
Ligue :	

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

KOSHI-WAZA	TE-WAZA	ASHI-WAZA	SUTEMI-WAZA
–Tsurikomi-goshi ❑ –Kubi-nage ❑	– Eri-seoi-nage ❑	– Ashi-guruma ❑ –De-ashi-harai ❑	–Ura-nage ❑

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

IMMOBILISATIONS OSAEKOMI-WAZA	ÉTRANGLEMENTS SHIME-WAZA	CLÉS AUX COUDES KANSETSU-WAZA
– Makura-gesa--gatame ❑	– Hadaka-jime ❑ – Okuri-eri-jime ❑	– Ude-garami ❑

TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C des 20 prédéfinies B5 = HADAKA JIME C1 = JODAN OIE TSUKI	Défenses : 1 réponse libre à chaque situation d'agression

UCHI-KOMI : Contenu épreuve : 1'30 sur avancée et 1'30 sur le recul de UKE sur 2 techniques différentes minimum	**EXERCICES D'APPLICATION À RÉALISER** 1 KAKARI-GEIKO de 2' max *(« Tori attaque uniquement avec des ashi-waza et uke esquive (candidat jugé en tant que tori))* + 1 YAKU-SOKU-GEIKO de 2' max

⇨ *Cadre réservé au responsable de CORG :*

ÉPREUVE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE : OUI : ❑ NON : ❑

Signature de chaque juge :

Signature et cachet du CORG :

FEUILLE D'ÉVALUATION

Code fiche : FEDT-1K

Ordre de passage :

PROGRAMME TECHNIQUE A REALISER (APPLICATION DES TEXTES OFFICIELS)

Tsuri-komi-goshi

Kubi-nage

Eri-seoi-nage

Ashi-guruma

De-ashi-harai

Ura-nage

Makura-gesa-gatame

Hadaka-jime

Okuri-eri-jime

Ude-garami

FEUILLE D'ÉVALUATION

Code fiche : FEDT-1L
Ordre de passage :

1er DAN - UV2 (dominante technique)

Rappel réglementaire : - 1 méconnaissance par domaine est admise.

NOM :	**Date de naissance :**
Prénom :	**N° de licence :**
Ligue :	

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

KOSHI-WAZA	TE-WAZA	ASHI-WAZA	SUTEMI-WAZA
–Ushiro-goshi ❑ –Kubi-nage ❑	–Uki-otoshi ❑	– Harai-tsurikomi-ashi ❑ –De-ashi-harai ❑	–Sumi-gaeshi ❑

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

IMMOBILISATIONS OSAEKOMI-WAZA	ÉTRANGLEMENTS SHIME-WAZA	CLÉS AUX COUDES KANSETSU-WAZA
– Makura-gesa-gatame ❑	– Gyaku-juji-jime ❑ – Okuri-eri-jime ❑	– Ude-garami ❑

TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C des 20 prédéfinies A4 = YOKO DORI KUBI C1 = JODAN OIE TSUKI	Défenses : 1 réponse libre à chaque situation d'agression

UCHI-KOMI : Contenu épreuve : 1'30 sur avancée et 1'30 sur le recul de UKE sur 2 techniques différentes minimum	**EXERCICES D'APPLICATION À RÉALISER** 1 KAKARI-GEIKO de 2' max *(« Tori attaque uniquement avec des ashi-waza et uke esquive (candidat jugé en tant que tori))* + 1 YAKU-SOKU-GEIKO de 2' max

⇨ *Cadre réservé au responsable de CORG :*

ÉPREUVE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE : OUI : ❑ NON : ❑

Signature de chaque juge :

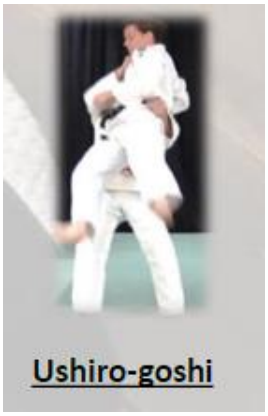
Signature et cachet du CORG :

FEUILLE D'ÉVALUATION

Code fiche : FEDT-1L

Ordre de passage :

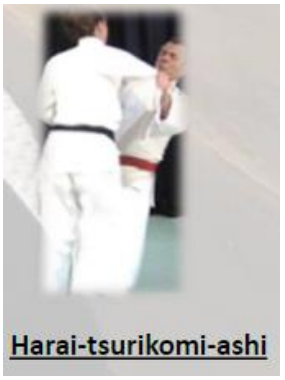
PROGRAMME TECHNIQUE A REALISER (APPLICATION DES TEXTES OFFICIELS)



Ushiro-goshi

Kubi-nage

Uki-otoshi



Harai-tsurikomi-ashi

De-ashi-harai

Sumi-gaeshi

Makura-gesa-gatame

Gyaku-juji-jime

Okuri-eri-jime

Ude-garami

FEUILLE D'ÉVALUATION

Code fiche : FEDT-1M
Ordre de passage :

1er DAN - UV2 (dominante technique)

Rappel réglementaire : - 1 méconnaissance par domaine est admise.

NOM :	**Date de naissance :**
Prénom :	**N° de licence :**
Ligue :	

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

KOSHI-WAZA	TE-WAZA	ASHI-WAZA	SUTEMI-WAZA
– Hane-goshi ❑	– Ippon-seoi-nage ❑ – Kata-guruma ❑	– O-uchi-gari ❑ – Ko-soto-gari ❑	– Tomoe-nage ❑

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

IMMOBILISATIONS OSAEKOMI-WAZA	ÉTRANGLEMENTS SHIME-WAZA	CLÉS AUX COUDES KANSETSU-WAZA
– Kami-shiho-gatame ❑ – Tate-shiho-gatame ❑	– Sankaku-jime ❑	– Ude-hishigi-juji-gatame ❑

TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C des 20 prédéfinies A3 = MAE DORI KUBI B4 = MAE DORI	Défenses : 1 réponse libre à chaque situation d'agression

UCHI-KOMI : Contenu épreuve : 1'30 sur avancée et 1'30 sur le recul de UKE sur 2 techniques différentes minimum	**EXERCICES D'APPLICATION À RÉALISER** 1 KAKARI-GEIKO de 2' max *(« Tori attaque librement, uke oriente sa défense sur l'esquive » (candidat jugé en uke))* + 1 YAKU-SOKU-GEIKO de 2' max

⇨ *Cadre réservé au responsable de CORG :*

ÉPREUVE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE : OUI : ❑ NON : ❑

Signature de chaque juge :

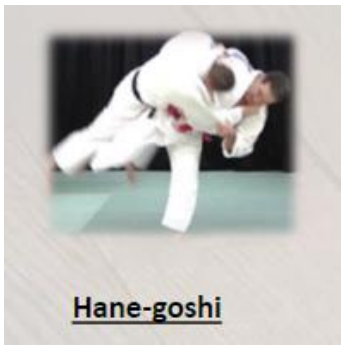
Signature et cachet du CORG :

FEUILLE D'ÉVALUATION

Code fiche : FEDT-1M

Ordre de passage :

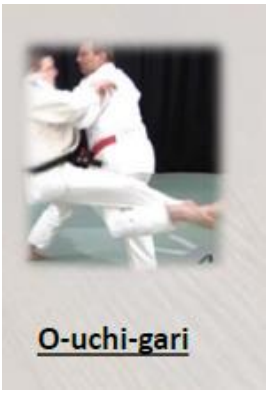
PROGRAMME TECHNIQUE A REALISER (APPLICATION DES TEXTES OFFICIELS)



Hane-goshi

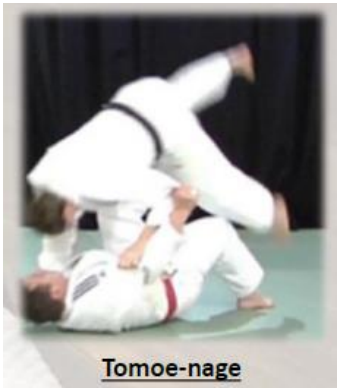
Ippon-seoi-nage

Kata-guruma



O-uchi-gari

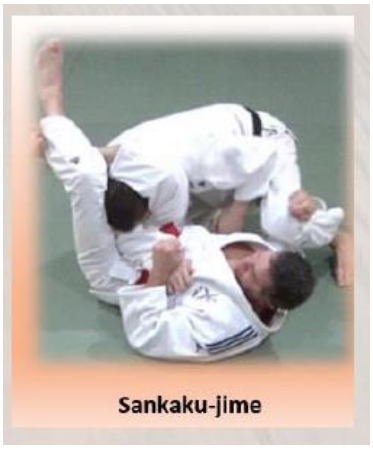
Ko-soto-gari



Tomoe-nage

Kami Shiho Gatame

Tate Shiho Gatame



Sankaku-jime

Ude-ishigi-juji-gatame

FEUILLE D'ÉVALUATION

Code fiche : FEDT-1N
Ordre de passage :

1er DAN - UV2 (dominante technique)

Rappel réglementaire : - 1 méconnaissance par domaine est admise.

NOM :	**Date de naissance :**
Prénom :	**N° de licence :**
Ligue :	

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

KOSHI-WAZA	TE-WAZA	ASHI-WAZA	SUTEMI-WAZA
– O-goshi ❑ – Ushiro-goshi ❑	– Kata-guruma ❑	– O-uchi-gari ❑ – Ko-soto-gari ❑	– Tomoe-nage ❑

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

IMMOBILISATIONS OSAEKOMI-WAZA	ÉTRANGLEMENTS SHIME-WAZA	CLÉS AUX COUDES KANSETSU-WAZA
– Kami-shiho-gatame ❑	– Sankaku-jime ❑	– Ude-garami ❑ – Ude-hishigi-juji-gatame ❑

TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C des 20 prédéfinies A3 = MAE DORI KUBI B1 = MAE DORI	Défenses : 1 réponse libre à chaque situation d'agression

UCHI-KOMI : Contenu épreuve : 1'30 sur avancée et 1'30 sur le recul de UKE sur 2 techniques différentes minimum	**EXERCICES D'APPLICATION À RÉALISER** 1 KAKARI-GEIKO de 2' max *(« Tori attaque librement, uke oriente sa défense sur l'esquive » (candidat jugé en uke))* + 1 YAKU-SOKU-GEIKO de 2' max

⇨ *Cadre réservé au responsable de CORG :*

ÉPREUVE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE : OUI : ❑ NON : ❑

Signature de chaque juge :

Signature et cachet du CORG :

FEUILLE D'ÉVALUATION

Code fiche : FEDT-1N

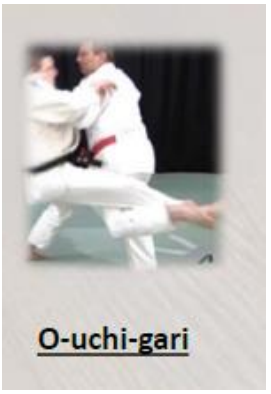
Ordre de passage :

PROGRAMME TECHNIQUE A REALISER (APPLICATION DES TEXTES OFFICIELS)

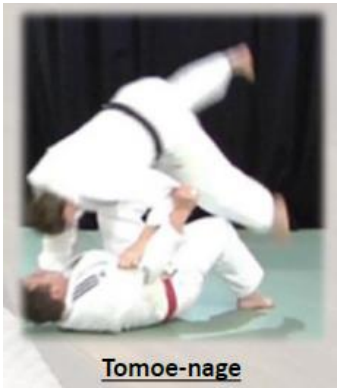
O-goshi

Ushiro-goshi

Kata-guruma


O-uchi-gari

Ko-soto-gari


Tomoe-nage

Kami Shiho Gatame

Sankaku-jime

Ude-garami

Ude-ishigi-juji-gatame

FEUILLE D'ÉVALUATION

Code fiche : FEDT-1O
Ordre de passage :

1er DAN - UV2 (dominante technique)

Rappel réglementaire : - 1 méconnaissance par domaine est admise.

NOM :	**Date de naissance :**
Prénom :	**N° de licence :**
Ligue :	

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

KOSHI-WAZA	TE-WAZA	ASHI-WAZA	SUTEMI-WAZA
– Koshi-guruma ❑	– Seoi-otoshi ❑ – Tai-otoshi ❑	– Ko-uchi-gari ❑ – Sasae-tsurikomi-ashi ❑	– Yoko-guruma ❑

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

IMMOBILISATIONS OSAEKOMI-WAZA	ÉTRANGLEMENTS SHIME-WAZA	CLÉS AUX COUDES KANSETSU-WAZA
– Kuzure-gesa-gatame ❑	– Sankaku-jime ❑	– Hiza-gatame ❑ – Ude-garami ❑

TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C des 20 prédéfinies A5 = YOKO SODE DORI B1 = MAE DORI	Défenses : 1 réponse libre à chaque situation d'agression

UCHI-KOMI : Contenu épreuve : 1'30 sur avancée et 1'30 sur le recul de UKE sur 2 techniques différentes minimum	**EXERCICES D'APPLICATION À RÉALISER** 1 KAKARI-GEIKO de 2' max *(« Tori propose des enchainements et uke défend librement » (candidat jugé en tori))* + 1 YAKU-SOKU-GEIKO de 2' max

⇨ *Cadre réservé au responsable de CORG :*

ÉPREUVE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE : OUI : ❑ NON : ❑

Signature de chaque juge :

Signature et cachet du CORG :

FEUILLE D'ÉVALUATION

Code fiche : FEDT-1O

Ordre de passage :

PROGRAMME TECHNIQUE A REALISER (APPLICATION DES TEXTES OFFICIELS)

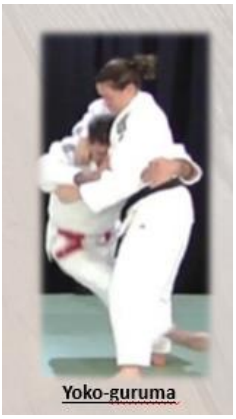
Koshi-guruma

Seoi-otoshi

Tai-otoshi

Ko-uchi-gari

Sasae-tsurikomi-ashi


Yoko-guruma

Kuzure-gesa-gatame

Sankaku-jime

Hiza-gatame

Ude-garami