

3e DAN - UV2 (dominante technique)

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

DÉMONSTRATION AU CHOIX DU CANDIDAT

Contenu à réaliser : démonstration de 3 techniques en nage-waza, de 2 techniques en ne-waza et des techniques de défense au choix du candidat sur saisies, coups et armes.

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>TE-WAZA</u>	<u>SUTEMI-WAZA</u>
- sukui-nage <input type="checkbox"/>	-daki-wakare <input type="checkbox"/>

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>ÉTRANGLEMENTS : SHIME-WAZA</u>	<u>CLÉS AUX COUDES : KANSETSU-WAZA</u>
- morote-jime <input type="checkbox"/>	- ude-hishigi-hara-gatame <input type="checkbox"/>

TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C et D des 20 prédéfinies C1 = JODAN OIE TSUKI D4 = KIRI KOMI	Défenses: 1 réponse libre à chaque situation d'agression : Coup de poing direct haut Attaque de haut en bas (arme)
--	---

UCHI-KOMI : Contenu épreuve : 3x1' sur 3 techniques différentes minimum NAGE-KOMI : Contenu épreuve : 2x1' sur 2 techniques différentes minimum <i>(Les temps sont indicatifs et fixent la durée maximum de chaque exercice)</i>	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: <input type="checkbox"/>	NON: <input type="checkbox"/>
<u>Signature de chaque juge:</u>		
<u>Signature et cachet du CORG :</u>		

FEUILLE D'ÉVALUATION

3e DAN - UV2 (dominante technique)

Rappel réglementaire : - 1 méconnaissance par domaine est admise.

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

DÉMONSTRATION AU CHOIX DU CANDIDAT

Contenu à réaliser: démonstration de 3 techniques en nage-waza, de 2 techniques en ne-waza et des techniques de défense au choix du candidat sur saisies, coups et armes.

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>KOSHI-WAZA</u> - hane-goshi D	<u>SUTEMI-WAZA</u> -yoko-otoshi D
--	---

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>IMMOBILISATIONS: OSAEKOMI-WAZA</u> - makura-gesa-gatame D	<u>CLÉS AUX COUDES : KANSETSU-WAZA</u> - ude-hishigi-ashi-gatame D
--	--

TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C et des 20 prédéfinies C4 = SHUDAN MAE GERI KEKOMI D2 = SHUDAN TSUKKOMI	Défenses: 2 réponses libres à 2 situations d'agression : - Coup de Pied direct de face Piqué de face (arme)
---	--

UCHI-KOMI : Contenu épreuve : 3x1' sur 3 techniques différentes minimum NAGE-KOMI : Contenu épreuve : 2x1' sur 2 techniques différentes minimum <i>(Les temps sont indiqués et fixent la durée maximum de chaque exercice)</i>	EXERCICES D'APPLICATION À RÉALISER 2 exercices d'application de type kakari-geiko eVou yaku-soku-geiko de 2 min
--	---

c::> Cadre réservé au responsable de CORG :

ÉPREUVE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE :	OUI: <input type="checkbox"/>	NON : <input type="checkbox"/>
<u>Signature de chaque juge :</u>		
<u>Signature et cachet du CORG :</u>		

FEUILLE D'EVALUATION

3e DAN - UV2 (dominante technique)

NOM: Prénom: Ligue:	Datedenaissance : N° de licence :
--	--

DÉMONSTRATION AU CHOIX DU CANDIDAT

Contenu à réaliser : démonstration de 3 techniques en nage-waza, de 2 techniques en ne-waza et des techniques de défense au choix du candidat sur saisies, coups etarmes.

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>TE-WAZA</u> - yama-arashi <input type="checkbox"/>	<u>SUTEMI-WAZA</u> -yoko-otoshi <input type="checkbox"/>
---	--

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>ÉTRANGLEMENTS : SHIME-WAZA</u> - morote-jime <input type="checkbox"/>	<u>CLÉS AUX COUDES : KANSETSU-WAZA</u> - ude-hishigi-hiza-gatame <input type="checkbox"/>
--	---

TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C et D des 20 prédéfinies C1 = JODAN OIE TSUKI D1 = NANAME TSUKI	Défenses: 1 réponse libre à chaque situation d'agression : - Coup de poing direct haut Piqué de haut en bas (arme)
---	---

UCHI-KOMI : Contenu épreuve : 3x1' sur 3 techniques différentes minimum NAGE-KOMI : Contenu épreuve : 2x1' sur 2 techniques différentes minimum <i>(Leste mps sont indicatifs et fixent la durée maxim um de chaque exercice)</i>	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: <input type="checkbox"/>	NON: <input type="checkbox"/>
<u>Signature de chaque juge :</u>		
<u>Signature et cachet du CORG :</u>		

3e DAN - UV2 (dominante technique)

NOM:

Date de naissance :

Prénom:

N° de licence :

Ligue:

DÉMONSTRATION AU CHOIX DU CANDIDAT

Contenu à réaliser : démonstration de 3 techniques en nage-waza, de 2 techniques en ne-waza et des techniques de défense au choix du candidat sur saisies, coups et armes.

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>AHSI-WAZA</u>	<u>SUTEMI-WAZA</u>
- o-soto-gaeshi <input type="checkbox"/>	-yoko-wakare <input type="checkbox"/>

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>ÉTRANGLEMENTS : SHIME-WAZA</u>	<u>CLÉS AUX COUDES: KANSEI-SU-WAZA</u>
- morote-jime <input type="checkbox"/>	- ude-hishigi-sankaku-gatame <input type="checkbox"/>

TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C et D des 20 prédéfinies B2 = YOKO DORI D3= NANAME UCHI	Défenses: 1 réponse libre à chaque situation d'agression : Saisie de côté en ceinturant les bras Piqué de biais en revers (arme)
---	---

UCHI-KOMI : Contenu épreuve : 3x1' sur 3 techniques différentes minimum NAGE-KOMI : Contenu épreuve: 2x1' sur 2 techniques différentes minimum <i>(Lestemps sont indicatifs et fixent la durée maximum de chaque exercice)</i>	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
--	---

 c:> Cadre réservé au responsable de CORG :

ÉPREUVE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE :

 OUI:

 NON:
Signature de chaque juge:
Signature et cachet du CORG :

FEUILLE D'EVALUATION

3e DAN - UV2 (dominante technique)

NOM: Prénom: Ligue:	Date de naissance : N° de licence : Club:
--	--

DÉMONSTRATION AU CHOIX DU CANDIDAT

Contenu à réaliser: démonstration de 3 techniques en nage-waza, de 2 techniques en ne-waza et des techniques de défense au choix du candidat sur saisies, coups et armes.

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

AHSI-WAZA - o-soto-gari D	SUTEMI-WAZA -yoko-otoshi D
---	--

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

ÉTRANGLEMENTS : SHIME-WAZA - ryo-te-jime D	CLÉS AUX COUDES: KANSETSU-WAZA - ude-hishigi-waki-gatame D
--	--

TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et Cet D des 20 prédéfinies Ai= KATATE DORI D3= NANAME UCHI	Défenses : 1 réponse libre à chaque situation d'agression : - Saisie du poignet à 2 mains Piqué de biais en revers (arme)
---	--

UCHI-KOMI : Contenu épreuve : 3x1' sur 3 techniques différentes minimum NAGE-KOMI : Contenu épreuve : 2x1' sur 2 techniques différentes minimum <i>(Les temps sont indicatifs et fixent la durée maximum de chaque exercice)</i>	EXERCICES D'APPLICATION À RÉALISER 1 KAKARI-GEIKO de 2' max (« <i>Tori propose des enchainements et uke défend librement</i> » (candidat jugé en tori)) + 1 YAKU-SOKU-GEIKO de 2' max
--	---

◆ Cadre réservé au responsable de CORG :

ÉPREUVE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE :	OUI : <input type="checkbox"/>	NON : <input type="checkbox"/>
<u>Signature de chaque juge :</u>		
<u>Signature et cachet du CORG :</u>		

FEUILLE D'ÉVALUATION

3° DAN - UV2 (dominante technique)

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

DÉMONSTRATION AU CHOIX DU CANDIDAT

Contenu à réaliser : démonstration de 3 techniques en nage-waza, de 2 techniques en ne-waza et des techniques de défense au choix du candidat sur saisies, coups et armes.

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>TE-WAZA</u> - kuchiki-daoshi <input type="checkbox"/>	<u>ASHI-WAZA</u> - harai-tsurikomi-ashi <input type="checkbox"/>
--	--

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>ÉTRANGLEMENTS : SHIME-WAZA</u> - kata-ha-jime <input type="checkbox"/>	<u>CLÉS AUX COUDES : KANSETSU-WAZA</u> - ude-hishigi-hiza-gatame <input type="checkbox"/>
---	---

TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C et D des 20 prédéfinies A3 = MAE DORI KUBI D1 = NANAME TSUKI	Défenses : 1 réponse libre à chaque situation d'agression : - Saisie à 2 mains de face au cou Piqué de haut en bas (arme)
---	--

UCHI-KOMI : Contenu épreuve : 3x1' sur 3 techniques différentes minimum NAGE-KOMI : Contenu épreuve : 2x1' sur 2 techniques différentes minimum <i>(Les temps sont indicatifs et fixent la durée maximum de chaque exercice)</i>	EXERCICES D'APPLICATION À RÉALISER 1 KAKARI-GEIKO de 2' max (« <i>Tori attaque librement, uke oriente sa défense sur l'esquive</i> » (candidat jugé en uke)) + 1 YAKU-SOKU-GEIKO de 2' max
--	--

c:> Cadre réservé au responsable de CORG :

ÉPREUVE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE:	OUI: <input type="checkbox"/>	NON: <input type="checkbox"/>
<u>Signature de chaque juge :</u>		
<u>Signature et cachet du CORG :</u>		

FEUILLE D'EVALUATION

3e DAN - UV2 (dominant e technique)

NOM: Prénom: Ligue:	Date de naissance : N° de licence : Club:
--	--

DÉMONSTRATION AU CHOIX DU CANDIDAT

Contenu à réaliser: démonstration de 3 techniques en nage-waza, de 2 techniques en ne-waza et des techniques de défense au choix du candidat sur saisies, coups et armes.

<u>TE-WAZA</u>	<u>ASHI-WAZA</u>
- seoi-otoshi <input type="checkbox"/>	- o-soto-guruma <input type="checkbox"/>

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>ÉTRANGLEMENTS : SHIME-WAZA</u>	<u>CLÉS AUX COUDES : KANSETSU-WAZA</u>
- gyaku-juji-jime <input type="checkbox"/>	- ude-hishigi-waki-gatame <input type="checkbox"/>

TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C et D des 20 prédéfinies A2 = ERI DORI D2= SHUDAN TSUKKOMI	Défenses : 1 réponse libre à chaque situation d'agression : - Saisie croisée du revers Piqué de face (arme)
--	--

UCHI-KOMI : Contenu épreuve : 3x1' sur 3 techniques différentes minimum NAGE-KOMI : Contenu épreuve : 2x1' sur 2 techniques différentes minimum (Les temps sont indicatifs et fixent la durée maximum de chaque exercice)	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
---	---

c::> Cadre réservé au responsable de CORG :

ÉPREUVE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE :	OUI: <input type="checkbox"/>	NON : <input type="checkbox"/>
<u>Signature de chaque juge :</u>		
<u>Signature et cachet du CORG :</u>		

FEUILLE D'EVALUATION

3° DAN - UV2 (dominant e technique)

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

DÉMONSTRATION AU CHOIX DU CANDIDAT

Contenu à réaliser : démonstration de 3 techniques en nage-waza, de 2 techniques en ne-waza et des techniques de défense au choix du candidat sur saisies, coups et armes.

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>TE-WAZA</u> - yama-arashi D	<u>ASHI-WAZA</u> - o-soto-otoshi D
--	--

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>IMMOBILISATIONS : OSAEKOMI-WAZA</u> - uchiro-gesa-gatame D	<u>CLÉS AUX COUDES : KANSETSU-WAZA</u> - ude-hishigi-juji-gatame D
---	--

TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C et D des 20 prédéfinies B2 = YOKO DORI D3= NANAME UCHI	Défenses: 1 réponse libre à chaque situation d'agression : Saisie de côté en ceinturant les bras Piqué de biais en revers
---	--

UCHI-KOMI : Contenu épreuve : 3x1' sur 3 techniques différentes minimum NAGE-KOMI : Contenu épreuve : 2x1' sur 2 techniques différentes minimum <i>(Les temps sont indicatifs et fixent la durée maximum de chaque exercice)</i>	EXERCICES D'APPLICATION À RÉALISER 1 KAKARI-GEIKO de 2' max (« <i>Tori attaque librement, uke oriente sa défense sur l'esquive</i> » (candidat jugé en uke)) + 1 YAKU-SOKU-GEIKO de 2' max
--	--

◆ Cadre réservé au responsable de CORG :

ÉPREUVE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE :	OUI: <input type="checkbox"/>	NON: <input type="checkbox"/>
<u>Signature de chaque juge :</u>		
<u>Signature et cachet du CORG :</u>		

FEUILLE D'ÉVALUATION

3° DAN - UV2 (dominante technique)

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

DÉMONSTRATION AU CHOIX DU CANDIDAT

Contenu à réaliser : démonstration de 3 techniques en nage-waza, de 2 techniques en ne-waza et des techniques de défense au choix du candidat sur saisies, coups et armes.

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>KOSHI-WAZA</u> - tsuri-goshi <input type="checkbox"/>	<u>ASHI-WAZA</u> - ko-soto-gake <input type="checkbox"/>
---	---

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>IMMOBILISATIONS: OSAEKOMI-WAZA</u> - kata-gatame <input type="checkbox"/>	<u>CLÉS AUX COUDES: KANSETSU-WAZA</u> - ude-garami <input type="checkbox"/>
---	--

TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C et D des 20 prédéfinies A4 = YOKO DORI KUBI D4= KIRI KOMI	Défenses : 1 réponse libre à chaque situation d'agression : - Saisie à 2 mains de côté au cou - Attaque de haut en bas (arme)
--	--

UCHI-KOMI : Contenu épreuve : 3x1' sur 3 techniques différentes minimum NAGE-KOMI : Contenu épreuve : 2x1' sur 2 techniques différentes minimum <i>(Les temps sont indicatifs et fixent la durée maximum de chaque exercice)</i>	EXERCICES D'APPLICATION À RÉALISER 1 KAKARI-GEIKO de 2' max (« <i>Tori</i> attaque librement, <i>uke</i> oriente sa défense sur l' esqui ve » (candidat jugé en <i>uke</i>)) + 1 YAKU-SOKU-GEIKO de 2' max
--	---

◆ Cadre réservé au responsable de CORG :

ÉPREUVE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE :	OUI: <input type="checkbox"/>	NON: <input type="checkbox"/>
<u>Signature de chaque juge :</u>		
<u>Signature et cachet du CORG :</u>		

FEUILLE D'ÉVALUATION

3° DAN - UV2 (dominante technique)

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

DÉMONSTRATION AU CHOIX DU CANDIDAT

Contenu à réaliser : démonstration de 3 techniques en nage-waza, de 2 techniques en ne-waza et des techniques de défense au choix du candidat sur saisies, coups et armes.

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>KOSHI-WAZA</u> - uchi-mata <input type="checkbox"/>	<u>ASHI-WAZA</u> - Sumi-otoshi <input type="checkbox"/>
---	--

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>IMMOBILISATIONS : OSAEKOMI-WAZA</u> - kuzure-kami-shiho-gatame <input type="checkbox"/>	<u>CLÉS AUX COUDES: KANSETSU-WAZA</u> - ude-hishigi-ashi-gatame <input checked="" type="checkbox"/>
---	--

TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C et D des 20 prédéfinies C2 = SHUDAN GYAKU TSUKI D5= YOKO UCHI	Défenses: 1 réponse libre à chaque situation d'agression : Coup de poing direct au plexus Attaque oblique à la tête (arme)
--	---

UCHI-KOMI : Contenu épreuve : 3x1' sur 3 techniques différentes minimum NAGE-KOMI : Contenu épreuve : 2x1' sur 2 techniques différentes minimum <i>(Les temps sont indicatifs et fixent la durée maximum de chaque exercice)</i>	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
--	---

c::> Cadre réservé au responsable de CORG :

ÉPREUVE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE :	OUI: <input type="checkbox"/>	NON: <input type="checkbox"/>
<u>Signature de chaque juge :</u> <u>Signature et cachet du CORG :</u>		

FEUILLE D'EVALUATION

3e DAN - UV2 (dominant e technique)

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

DÉMONSTRATION AU CHOIX DU CANDIDAT

Contenu à réaliser: démonstration de 3 techniques en nage-waza, de 2 techniques en ne-waza et des techniques de défense au choix du candidat sur saisies, coups et armes.

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

ASHI-WAZA - tsubame-gaeshi <input type="checkbox"/>	SUTEMI-WAZA - yoko-tomoe-nage <input type="checkbox"/>
---	--

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

ÉTRANGLEMENTS : SHIME-WAZA - sode-guruma-jime <input type="checkbox"/>	CLÉS AUX COUDES : KANSETSU-WAZA - ude-hishigi-ude-gatame <input type="checkbox"/>
--	---

TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C et D des 20 prédéfinies B1= MAE DORI D5= YOKO UCHI	Défenses: 1 réponse libre à chaque situation d'agression : - Saisie de face en ceinturant sous les bras - Attaque oblique à la tête (arme)
---	---

UCHI-KOMI : Contenu épreuve : 3x1' sur 3 techniques différentes minimum NAGE-KOMI : Contenu épreuve : 2x1' sur 2 techniques différentes minimum <i>(Les temps sont indicatifs et fixent la durée maximum de chaque exercice)</i>	EXERCICES D'APPLICATION À RÉALISER 2 YAKU-SOKU-GEIKO de 2' max
--	--

c::> Cadre réservé au responsable de CORG :

ÉPREUVE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE :	OUI: <input type="checkbox"/>	NON: <input type="checkbox"/>
<u>Signature de chaque juge :</u>		
<u>Signature et cachet du CORG :</u>		

FEUILLE D'ÉVALUATION

3e DAN - UV2 (dominante technique)

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

DÉMONSTRATION AU CHOIX DU CANDIDAT

Contenu à réaliser : démonstration de 3 techniques en nage-waza, de 2 techniques en ne-waza et des techniques de défense au choix du candidat sur saisies, coups et armes.
--

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>ASHI-WAZA</u> - o-uchi-gari <input type="checkbox"/>	<u>SUTEMI-WAZA</u> - soto-makikomi <input type="checkbox"/>
--	--

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>ÉTRANGLEMENTS : SHIME-WAZA</u> - kata-juji-jime <input type="checkbox"/>	<u>CLÉS AUX COUDES : KANSETSU-WAZA</u> - ude-hishigi-hara-gatame <input type="checkbox"/>
--	--

TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et Cet D des 20 prédéfinies 85 = HADAKAJIME Ci= JODA OIE TSUKI	Défenses : 1 réponse libre à chaque situation d'agression : Etranglement par l'arrière - Coup de poing direct haut
--	---

UCHI-KOMI : Contenu épreuve : 3x1' sur 3 techniques différentes minimum NAGE-KOMI : Contenu épreuve : 2x1' sur 2 techniques différentes minimum <i>(Les temps sont indicatifs et fixent la durée maximum de chaque exercice)</i>	EXERCICES D'APPLICATION À RÉALISER 2 YAKU-SOKU-GEIKO de 2' max
--	--

◆ Gadre réservé au responsable de CORG :

ÉPREUVE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE :	OUI: <input type="checkbox"/>	NON: <input type="checkbox"/>
<u>Signature de chaque juge:</u>		
<u>Signature et cachet du CORG :</u>		

FEUILLE D'ÉVALUATION

3° DAN - UV2 (dominant et technique)

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

DÉMONSTRATION AU CHOIX DU CANDIDAT

Contenu à réaliser: démonstration de 3 techniques en nage-waza, de 2 techniques en ne-waza et des techniques de défense au choix du candidat sur saisies, coups et armes.

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>KOSHI-WAZA</u> - hane-goshi <input type="checkbox"/>	<u>TE-WAZA</u> - kibisu-gaeshi <input type="checkbox"/>
--	--

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>ÉTRANGLEMENTS : SHIME-WAZA</u> - nami-iuji-jime D	<u>CLÉS AUX COUDES : KANSETSU-WAZA</u> - ude-garami <input type="checkbox"/>
---	---

TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C et D des 20 prédéfinies B5 = HADAKAJIME D3 = NANAME UCHI	Défenses: 1 réponse libre à chaque situation d'agression : Etranglement par l'arrière Piqué de biais en revers (arme)
---	--

UCHI-KOMI : Contenu épreuve : 3x1' sur 3 techniques différentes minimum NAGE-KOMI : Contenu épreuve : 2x1' sur 2 techniques différentes minimum <i>(Les temps sont indicatifs et fixent la durée maximum de chaque exercice)</i>	EXERCICES D'APPLICATION À RÉALISER 2 YAKU-SOKU-GEIKO de 2' max
--	--

◆ Gadre réservé au responsable de CORG :

ÉPREUVE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE : OUI: NON:

Signature de chaque juge:

Signature et cachet du CORG :

FEUILLE D'EVALUATION

3° DAN - UV2 (dominante technique)

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

DÉMONSTRATION AU CHOIX DU CANDIDAT

Contenu à réaliser : démonstration de 3 techniques en nage-waza, de 2 techniques en ne-waza et des techniques de défense au choix du candidat sur saisies, coups et armes.

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>KOSHI-WAZA</u> - tsurikomi-goshi <input type="checkbox"/>	<u>SUTEMI-WAZA</u> - Yoko-gake <input type="checkbox"/>
---	--

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>OSAEKOMI-WAZA: IMMOBILISATIONS</u> - makura-gesa-gatame <input type="checkbox"/>	<u>CLÉS AUX COUDES: KANSETSU-WAZA</u> - ude-ghishigi-waki-gatame <input type="checkbox"/>
--	--

TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C et D des 20 prédéfinies A5= YOKO SODE DORI D1= NANAME TSUKI	Défenses: 1 réponse libre à chaque situation d'agression : - Saisie de la manche de côté Piqué de haut en bas (arme)
--	---

UCHI-KOMI : Contenu épreuve : 3x1' sur 3 techniques différentes minimum NAGE-KOMI : Contenu épreuve: 2x1' sur 2 techniques différentes minimum <i>(Les temps sont indicatifs et fixent la durée maximum de chaque exercice)</i>	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
---	---

c::> Cadre réservé au responsable de CORG :

ÉPREUVE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE :	OUI: <input type="checkbox"/>	NON: <input type="checkbox"/>
<u>Signature de chaque juge:</u>		
<u>Signature et cachet du CORG :</u>		

FEUILLE D'EVALUATION

3e DAN - UV2 {dominante technique}

NOM:

Date de naissance:

Prénom:

N° delicence :

Ligue:

DÉMONSTRATION AU CHOIX DU CANDIDAT

Contenu à réaliser : démonstration de 3 techniques en nage-waza, de 2 techniques en ne-waza et des techniques de défense au choix du candidat sur saisies, coups et armes.

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>KOSHI-WAZA</u>	<u>SUTEMI-WAZA</u>
- utsuri-goshi <input type="checkbox"/>	- uki-waza <input type="checkbox"/>

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>OSAEKOMI-WAZA: IMMOBILISATIONS</u>	<u>CLÉS AUX COUDES: KANSETSU-WAZA</u>
- tate-shiho-gatame <input type="checkbox"/>	- ude-ghishigi-hiza-gatame <input type="checkbox"/>

TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C et D des 20 prédéfinies A5 = YOKO SODE DORI D3= NANAME UCHI	Défenses: 1 réponse libre à chaque situation d'agression : Saisie de la manche de côté Piqué de biais en revers (arme)
UCHI-KOMI : Contenu épreuve : 3x1' sur 3 techniques différentes minimum NAGE-KOMI : Contenu épreuve : 2x1' sur 2 techniques différentes minimum (Les temps sont <i>indicatifs</i> et <i>fixent la durée maximum de chaque exercice</i>)	EXERCICES D'APPLICATION À RÉALISER 1 KAKARI-GEIKO de 2' max (« <i>Tori attaque librement, uke oriente sa défense sur l'esquive</i> » (candidat jugé en uke)) + 1 YAKU-SOKU-GEIKO de 2' max

c> Gadre réservé au responsable de CORG :

ÉPREUVE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE :

 OUI:

 NON:
Signature de chaque juge :
Signature et cachet du CORG :