

Signature et cachet du CORG:

FEUILLE D'ÉVALUATION

Code fiche : FEDT-1A
Ordre de passage :

1er DAN - UV2 (dominante technique)

Rappel réglementaire : - 1 méconnaissance par domaine est admise. NOM: Date de naissance : N° de licence: Prénom: Ligue: **TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE WAZA JUDO, JUJITSU) KOSHI-WAZA SUTEMI-WAZA TE-WAZA ASHI-WAZA** Uki-goshi - Uki-otoshi - O-soto-gari -Tani-otoshi Koshi-guruma Ko-soto-gari **TECHNIQUES AU SOL (NE WAZA JUDO, JUJITSU) IMMOBILISATIONS ÉTRANGLEMENTS CLÉS AUX COUDES OSAEKOMI-WAZA SHIME-WAZA 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 Défenses: C3 = JODAN NANAME SHUTO 1 réponse libre à chaque situation d'agression B5 = HAKADA JIME UCHI-KOMI: Contenu épreuve: 1'30 sur avancée **EXERCICES D'APPLICATION À RÉALISER** et 1'30 sur le recul de UKE sur 2 techniques 1 KAKARI-GEIKO de 2' max (« Tori propose des différentes minimum enchainements et uke défend librement » (candidat jugé en tori)) + 1 YAKU-SOKU-GEIKO de 2' max ⇒ Cadre réservé au responsable de CORG : OUI: 🗆 ÉPREUVE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE: NON: □ Signature de chaque juge :



FEUILLE D'ÉVALUATION

Code fiche : FEDT-1A
Ordre de passage :

PROGRAMME TECHNIQUE A REALISER (APPLICATION DES TEXTES OFFICIELS)























