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 :

FEUILLE D'ÉVALUATION

Code fiche : FEDT-1A
Ordre de passage :

PROGRAMME TECHNIQUE A REALISER (APPLICATION DES TEXTES OFFICIELS)

Uki-goshi

Koshi-guruma

Uki-otoshi

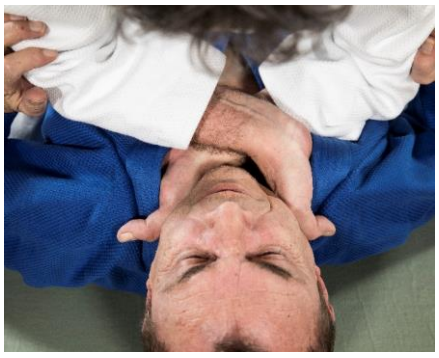
O-soto-gari

Ko-soto-gari

Tani-otoshi

Hon-gesa-gatame

Yoko-shiho-gatame



Gyaku-juji-jime

Ude-garami

Jodan-naname-shuto

Hadaka-jime

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)

Ushiro-goshi

Koshi-guruma

Seoi-otoshi

Ko-uchi-gari

Sasae-tsurikomi-ashi

Yoko-guruma

Hon-gesa-gatame

Kuzure-gesa-gatame

Sankaku-jime

Ude-garami

Jodan-naname-shuto

Hakada-jime

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 3 = 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

Jodan-naname-shuto

Mae-dori

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 = Mae-kubi-dori C2 = Chudan-gyaku-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

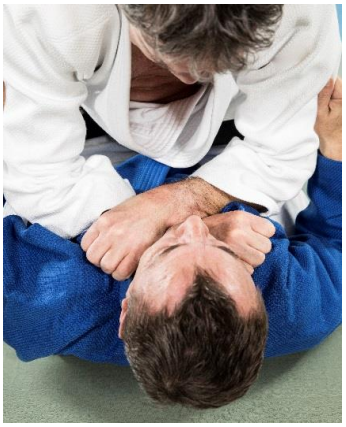
O-uchi-gari

Uchi-mata

Yoko-guruma

Kami-shiho-gatame

Kata-gatame



Nami-juji-jime

Ude-ishigi-hara-gatame

Mae-kubi-dori

Chudan-gyaku-tsuki

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
– Hane-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 A2 = Eri-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** 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

Eri-dori

Mae-dori

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-ishigi-ude-gatame

Eri-dori

Yoko-dori

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-kubi-dori 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)

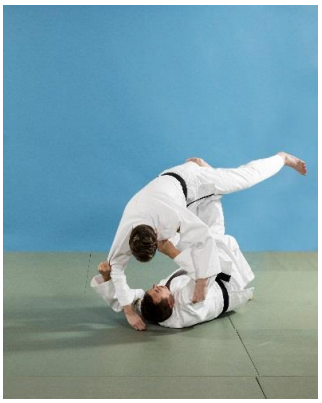
O-goshi

Te-guruma

Morote-seoi-nage

Ko-soto-gake

Okuri-ashi-harai



Sumi-gaeshi

Kuzure-kami-shiho-gatame

Hadaka-jime

Kata-juji-jime

Ude-ishigi-hiza-gatame

Mae-kubi-dori

Jodan-naname-shuto

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-kubi-dori C5 = Chudan-mawashi-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

Yoko-kubi-dori

Chudan-mawashi-geri

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-taoshi ❑ – 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 = Chudan-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-taoshi

Morote-seoi-nage

Hiza-guruma

Ko-soto-gari

Tani-otoshi

Yoko-shiho-gatame

Hadaka-jime

Kata-te-jime

Ude-ishigi-waki-gatame

Yoko-sode-dori

Chudan-mae-geri-kekomi

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-taoshi ❑ – 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-kubi-dori C1 = Jodan-oi-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)

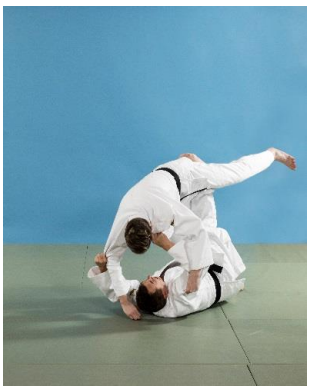
Utsuri-goshi

Kuchiki-taoshi

Morote-seoi-nage

Hiza-guruma

De-ashi-harai



Sumi-gaeshi

Yoko-shiho-gatame

Hadaka-jime

Sankaku-jime

Ude-garami

Yoko-kubi-dori

Jodan-oi-tsuki

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-oi-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

Hadaka-jime

Jodan-oi-tsuki

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-kubi-dori C1 = Jodan-oi-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)

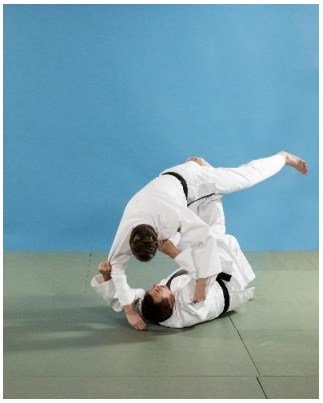
Ushiro-goshi

Kubi-nage

Uki-otoshi

Harai-tsurikomi-ashi

De-ashi-harai



Sumi-gaeshi

Makura-gesa-gatame

Gyaku-juji-jime

Okuri-eri-jime

Ude-garami

Yoko-kubi-dori

Jodan-oi-tsuki

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-kubi-dori B4 = Mae-kubi-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

Mae-kubi-dori

Mae-kubi-dori

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-kubi-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 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

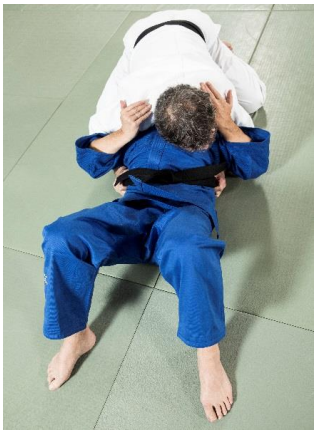
Ushiro-goshi

Kata-guruma

O-uchi-gari

Ko-soto-gari

Tomoe-nage



Kami-shiho-gatame

Sankaku-jime

Ude-garami

Ude-ishigi-juji-gatame

Mae-kubi-dori

Mae-dori

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

Ude-ishigi-hiza-gatame

Ude-garami

Yoko-sode-dori

Mae-dori

FEUILLE D'ÉVALUATION

Code fiche : FEDT-1Q
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 ❑	– 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
– Tate-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 = Mae-kubi-dori C2 = Chudan-gyaku-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 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-1Q

Ordre de passage :

PROGRAMME TECHNIQUE A REALISER (APPLICATION DES TEXTES OFFICIELS)

Tsurikomi-goshi

Ippon-seoi-nage

Tai-otoshi

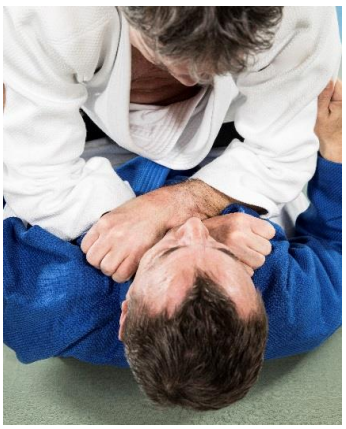
O-uchi-gari

Uchi-mata

Yoko-guruma

Tate-shiho-gatame

Kata-gatame



Nami-juji-jime

Ude-ishigi-hara-gatame

Mae-kubi-dori

Chudan-gyaku-tsuki