

## FEUILLE D'ÉVALUATION Code fiche : FEDT – 3A Ordre de passage :

| NOM :<br>Prénom :<br>Ligue : |  |            | Date de naissance :<br>N° de licence :   |                               |
|------------------------------|--|------------|--|-------------------------------|
|                              | DÉMONS   | TRATION    | N AU CHOIX DU CANDIDAT   |                               |
|                              | : démonstration de 3 technique<br>sur saisies, coups et armes.   | es en nage | -waza, de 2 techniques en ne-waza et des t   | echniques de défense a        |
|                              | TECHNIQUES DE  | PROJEC     | TION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)   |                               |
|                              | <u>TE-WAZA</u>   |            | SUTEMI-WAZA  |                               |
|                              | – sukui-nage   | ]          | -daki-wakare 📮   |                               |
|                              | TECHNIQUE  | ES AU SO   | OL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)   | <del></del>                   |
|                              | ÉTRANGLEMENTS : SHIM   |            | CLÉS AUX COUDES : KANSETSU-WA  | ZA                            |
|                              | – morote-jime  | 1          | <ul> <li>ude-hishigi-hara-gatame</li> </ul>  |                               |
|                              | TECUNIO  | LIEC DE    | DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)  |                               |
| Série                        | s A, B et C et D des 20 prédéfin   |            | Défenses :   |                               |
|                              | C1 = jodan-oi-tsuki<br>D4 = kiri-komi  |            | 1 réponse libre à chaque situation d' - Coup de poing direct haut - Attaque de haut en bas (arme)                | agression :                   |
| te<br><b>NAGE-</b><br>te     | (COMI: Contenu épreuve: 3x1' chniques différentes minimum (KOMI: Contenu épreuve: 2x1' chniques différentes minimum cont indicatifs et fixent la durée manchaque exercice) | sur 2      | 1 KAKARI-GEIKO de 2' max (« Tori pro<br>enchainements et uke défend librem<br>jugé en tori)) + 1 YAKU-SOKU-GEIKO | opose des<br>nent » (candidat |
| ⇔ <u>Cadı</u>                | re réservé au responsable  | de CORC    | <u>3</u> :   |                               |
| ÉPREUVE                      | UV2 TECHNIQUE VALID  | )ÉE:       | OUI : 🗖  | NON : □                       |
|                              | de chaque juge : et cachet du CORG :   |            |  |                               |
| Signature                    | St Submot du SONA .  |            |  |                               |



NOM:

Ligue:

Prénom:

# FEUILLE D'ÉVALUATION 3º DAN - UV2 (dominante technique)

**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

Date de naissance :

N° de licence:

| Code fiche : | FEDT - | _ | <b>3</b> B |
|--------------|--------|---|------------|
| Ordre de pas | ssage  | : |            |

<u>Rappel réglementaire</u>: - 1 méconnaissance par domaine est admise.

| TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)  KOSHI-WAZA - hane-goshi  |          |
|--|----------|
| - hane-goshi   |          |
|  |          |
|  |          |
| 1 17 17 17 17 17 17 17 17 17 17 17 17 17   | $\neg$   |
| - makura-gesa-gatame □ - ude-hishigi-ashi-gatame □   |          |
| - makura-gesa-gatame - ude-hishigi-ashi-gatame -   |          |
| TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)  | <b>-</b> |
| Séries A, B et C et des 20 prédéfinies  C4 = chudan-mae-geri-kekomi  D2 = chudan-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 (Les temps sont indicatifs et fixent la durée maximum de chaque exercice)  EXERCICES D'APPLICATION À RÉALISER  2 exercices d'application de type kakari-geiko et/ou yaku-soku-geiko de 2 min |          |
| ⇒ <u>Cadre réservé au responsable de CORG</u> :  |          |
| ÉPREUVE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE : OUI : □ NON  | : 🗆      |
| Signature de chaque juge :   |          |
| Signature et cachet du CORG :  |          |
|  |          |
|  |          |
|  |          |



## FEUILLE D'ÉVALUATION Code fiche : FEDT – 3C Ordre de passage :

| NOM :<br>Prénom :<br>Ligue : |  |                         | Date de na<br>N° de lice           |   |               |                   |
|------------------------------|--|-------------------------|------------------------------------|---|---------------|-------------------|
|                              | DÉ   | MONSTRATION             | N AU CHOIX DU CA                   | ANDIDAT   |               |                   |
|                              | : démonstration de 3 tec<br>sur saisies, coups et arm  |                         | e-waza, de 2 techniqu              | es en ne-waza et o  | des techniqu  | ies de défense au |
|                              | TECHNIQUE  | ES DE PROJEC            | TION (NAGE-WAZ                     | A JUDO, JUJITSL   | J)            |                   |
|                              | TE-WA  | Z <u>A</u>              | SUT                                | EMI-WAZA  |               |                   |
|                              | - yama-arashi  |                         | -yoko-otoshi                       |   |               |                   |
|                              | TFOU   | NIQUES ALL SO           | N /NF WAZA IUD                     |   |               |                   |
|                              | ÉTRANGLEMENTS  |                         | OL (NE-WAZA JUDO                   | DES : KANSETSU  | -W/A7A        |                   |
|                              | - morote-jime  |                         | <ul><li>ude-hishigi-hiza</li></ul> |   |               |                   |
|                              | morote jiine   |                         |                                    | . 86.10   |               |                   |
|                              | TEG  | CHNIQUES DE             | DÉFENSE (JUDO                      | JUJITSU)  |               |                   |
| Série                        | s A, B et C et D des 20 p  | rédéfinies              | 4                                  | Défenses :  |               |                   |
|                              | C1 = jodan-oi-tsuki  |                         | - Coup de poing of                 | e à chaque situation<br>direct haut                         | on d'agressid | on:               |
|                              | D1 = naname-tsuki  |                         | - Piqué de haut e                  |   |               |                   |
| te<br><b>NAGE-I</b>          | <b>(OMI</b> : Contenu épreuve<br>chniques différentes mir<br><b>KOMI</b> : Contenu épreuve<br>chniques différentes mir | nimum<br>e : 2x1' sur 2 | 1 KAKARI-GEI                       | <b>D'APPLICATION</b> KO de 2' max (« To ts et uke défend li | ori propose d | les               |
|                              | ont indicatifs et fixent la du   |                         |                                    | + 1 YAKU-SOKU-G   |               |                   |
|                              | chaque exercice)   |                         |                                    |   |               |                   |
| ⇒ <u>Cadr</u>                | e réservé au respon  | sable de CORO           | <u>3</u> :                         |   |               |                   |
| ÉPREUVE                      | UV2 TECHNIQUE V  | VALIDÉE :               | OU                                 | I : 🗆   |               | NON : □           |
| <u>Signature</u>             | <u>de chaque juge</u> :  |                         |                                    |   |               |                   |
| <u>Signature</u>             | et cachet du COR   | <u>G</u> :              |                                    |   |               |                   |



## FEUILLE D'ÉVALUATION Code fiche : FEDT – 3D Ordre de passage :

| NOM : Prénom : Ligue : |  | Date de naissance :<br>N° de licence :  |                      |
|------------------------|--|---|----------------------|
|                        | DÉMONSTRATIO   | ON AU CHOIX DU CANDIDAT   |                      |
|                        | r : démonstration de 3 techniques en nag<br>sur saisies, coups et armes. | ge-waza, de 2 techniques en ne-waza et des tech   | niques de défense au |
|                        | TECHNIQUES DE PROJE  | CTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)   |                      |
|                        | AHSI-WAZA  | <u>SUTEMI-WAZA</u>  | 7                    |
|                        | - o-soto-gaeshi  | -yoko-wakare  |                      |
|                        |  |   | _                    |
|                        | TECHNIQUES AU S<br>ÉTRANGLEMENTS : SHIME-WAZA                            | SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)  CLÉS AUX COUDES : KANSETSU-WAZA                                    | $\neg$               |
|                        |  | - ude-hishigi-sankaku-gatame  | _                    |
|                        | – morote-jime  | - ude-instrigi-satikaku-gatame  | <u>'</u>             |
|                        | TECHNIQUES DI  | E DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)   |                      |
| Série                  | es A, B et C et D des 20 prédéfinies                                     | Défenses :  |                      |
|                        | DO – valva dari  | 1 réponse libre à chaque situation d'agr  | ession:              |
|                        | B2 = yoko-dori<br>D3= naname-uchi  | <ul><li>Saisie de côté en ceinturant les bras</li><li>Piqué de biais en revers (arme)</li></ul> |                      |
|                        |  |   |                      |
| UCHI-                  | KOMI : Contenu épreuve : 3x1' sur 3                                      | EXERCICES D'APPLICATION À RÉA   | ALISER               |
|                        | echniques différentes minimum  | 4 KAKADI OFIKO da Okusasi / Taskusasi   |                      |
|                        | <b>KOMI</b> : Contenu épreuve: 2x1' sur 2 echniques différentes minimum  | 1 KAKARI-GEIKO de 2' max (« Tori propo<br>enchainements et uke défend librement                 |                      |
|                        | sont indicatifs et fixent la durée maximum de                            | 5 - 25 - 2 4 - 25)  | ,                    |
|                        | chaque exercice)   |   |                      |
|                        |  |   |                      |
| ⇒ <u>Cad</u>           | re réservé au responsable de COF   | <u>२G</u> :   |                      |
| ÉDDELIVE               | UV2 TECHNIQUE VALIDÉE :  | OUI : 🗖   | NON : □              |
| EPREUVE                | 0V2 TECHNIQUE VALIDEE.   | 001. 🗖  | NON . $\Box$         |
| Signature              | de chaque juge :   |   |                      |
| Oignature              | <u>uc onaque juge</u> .  |   |                      |
|                        |  |   |                      |
| Signature              | et cachet du CORG:   |   |                      |
| <u> Jigriataro</u>     | <u> </u>   |   |                      |
|                        |  |   |                      |
|                        |  |   |                      |



### FEUILLE D'ÉVALUATION Code fiche : FEDT – 3E Ordre de passage :

| NON<br>Prér<br>Ligu | nom:                     |  |                            | Date de naissance :<br>N° de licence :  |   |                   |
|---------------------|--------------------------|--|----------------------------|---|---|-------------------|
|                     |                          | DÉN  | IONSTRATION                | N AU CHOIX DU CANDIDAT  |   |                   |
|                     |                          | : démonstration de 3 tech<br>sur saisies, coups et arme  |                            | -waza, de 2 techniques en ne-waz  | a et des techniqu                       | ues de défense au |
|                     |                          | TECHNIQUE  | S DE PROJEC                | TION (NAGE-WAZA JUDO, JUJ   | ITSU)                                   |                   |
|                     |                          | AHSI-WA  | <u>ZA</u>                  | SUTEMI-WAZA   |   |                   |
|                     |                          | - o-soto-gari  |                            | -yoko-otoshi  |   |                   |
|                     |                          | TECHN  | IIOUES AU SO               | DL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)  |   |                   |
|                     |                          | ÉTRANGLEMENTS :  |                            | CLÉS AUX COUDES : KANSE   | TSU-WAZA                                |                   |
|                     |                          | – ryo-te-jime  |                            | <ul> <li>ude-hishigi-waki-gatame</li> </ul>   |   |                   |
|                     |                          |  |                            |   |   |                   |
| F                   |                          |  |                            | DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)   |   |                   |
|                     | Serie                    | es A, B et C et D des 20 pro<br>A1 = katate-dori<br>D3 = naname-uchi   | edefinies                  | Défenses<br>1 réponse libre à chaque si<br>- Saisie du poignet à 2 mains<br>- Piqué de biais en revers (arm | tuation d'agressi                       | on :              |
|                     | te<br><b>NAGE-</b><br>te | KOMI: Contenu épreuve<br>echniques différentes mini<br>KOMI: Contenu épreuve<br>echniques différentes mini<br>sont indicatifs et fixent la dur<br>chaque exercice) | mum<br>: 2x1' sur 2<br>mum | 1 KAKARI-GEIKO de 2' max<br>enchainements et uke défe<br>jugé en tori)) + 1 YAKU-SOI                        | (« Tori propose d<br>end librement » (d | des<br>candidat   |
| _                   | ⇒ <u>Cad</u>             | re réservé au respons  | able de COR(               | <u>3</u> :  |   |                   |
| ÉF                  | PREUVE                   | <b>UV2 TECHNIQUE V</b>   | ALIDÉE:                    | OUI : □   |   | NON : □           |
| <u>Si</u>           | <u>gnature</u>           | <u>de chaque juge</u> :  |                            |   |   |                   |
| <u>Si</u>           | <u>gnature</u>           | et cachet du CORO  | <u>3</u> :                 |   |   |                   |



### FEUILLE D'ÉVALUATION Code fiche : FEDT – 3F Ordre de passage :

| NO<br>Pré<br>Ligu | nom:            |  |             | Date de naissance :<br>N° de licence :                      |  |                  |
|-------------------|-----------------|--|-------------|---|--|------------------|
|                   |                 | DÉMO   | NSTRATION   | I AU CHOIX DU CANDIDAT                                      |  |                  |
|                   |                 | : démonstration de 3 techn<br>sur saisies, coups et armes.       |             | -waza, de 2 techniques en ne-waza                           | et des technique                                     | es de défense au |
|                   |                 | TECHNIQUES   | DE PROJECT  | ION (NAGE-WAZA JUDO, JUJI                                   | TSU)   |                  |
|                   |                 | TE-WAZA  |             | ASHI-WAZA   |  |                  |
|                   |                 | - kuchiki-taoshi   |             | - harai-tsurikomi-ashi                                      |  |                  |
|                   |                 | TECHNIC  | OUES AU SO  | L (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)                                   |  |                  |
|                   |                 | ÉTRANGLEMENTS : SI   |             | CLÉS AUX COUDES : KANSET                                    | ISU-WAZA   |                  |
|                   |                 | – kata-ha-jime   |             | ude-hishigi-hiza-gatame                                     |  |                  |
|                   |                 | _  |             |   |  |                  |
|                   | 24.             |  |             | DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)                                     |  |                  |
|                   | Série           | s A, B et C et D des 20 préd                                     | éfinies     | Défenses<br>1 réponse libre à chaque situ                   |  | n:               |
|                   |                 | A3 = mae-kubi-dori   |             | - Saisie à 2 mains de face au co                            |  |                  |
|                   |                 | D1= naname-tsuki   |             | - Piqué de haut en bas (arme)                               |  |                  |
|                   | UCHI-           | <b>KOMI</b> : Contenu épreuve : 3                                | 3x1' sur 3  | EXERCICES D'APPLICAT  | ION À RÉALISI  | ER               |
|                   |                 | echniques différentes minim                                      |             | A KAKADI OFIKO I. OL  | · <del>-</del> · · · · · · · · · · · · · · · · · · · | ,                |
|                   |                 | <b>KOMI</b> : Contenu épreuve : 2<br>echniques différentes minim |             | 1 KAKARI-GEIKO de 2' max (<br>uke oriente sa défense sur l' | · ·  |                  |
|                   |                 | sont indicatifs et fixent la durée                               |             |   |  | iat jugo         |
|                   |                 | chaque exercice)   |             |   |  |                  |
| _                 | ⇔ <u>Cadı</u>   | re réservé au responsa   | ble de CORG | <u>ì</u> :  |  |                  |
| É                 | PREUVE          | UV2 TECHNIQUE VA   | LIDÉE :     | OUI : □   |  | NON : □          |
|                   |                 |  |             |   |  |                  |
| <u>S</u>          | <u>ignature</u> | <u>de chaque juge</u> :  |             |   |  |                  |
|                   |                 |  |             |   |  |                  |
|                   | dan aku u       | at a a last de 0000  | _           |   |  |                  |
| 5                 | <u>ignature</u> | et cachet du CORG  | :           |   |  |                  |
|                   |                 |  |             |   |  |                  |
|                   |                 |  |             |   |  |                  |
|                   |                 |  |             |   |  |                  |



## FEUILLE D'ÉVALUATION Code fiche : FEDT – 3G Ordre de passage :

|                             |   | N AU CHOIX DU CANDIDAT -waza, de 2 techniques en ne-waza et des tec   | chniques de défense a            |
|-----------------------------|---|---|----------------------------------|
|                             | TECHNIQUES DE PROJECT   | TION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)  |                                  |
|                             | TE-WAZA - seoi-otoshi □   | ASHI-WAZA<br>- o-soto-guruma □  |                                  |
|                             | TECHNIQUES AU SO  | DL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)  |                                  |
|                             | ÉTRANGLEMENTS : SHIME-WAZA  | CLÉS AUX COUDES : KANSETSU-WAZA   | <u>A</u>                         |
|                             | – gyaku-juji-jime   | - ude-hishigi-waki-gatame 🚨   |                                  |
| <u> </u>                    | TECHNIQUES DE   | DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)   |                                  |
| Séries                      | A, B et C et D des 20 prédéfinies  A2 = eri -  D2= chudan-tsukkomi  | Défenses : 1 réponse libre à chaque situation d'ag - Saisie croisée du revers - Piqué de face (arme)            | gression:                        |
| ted<br><b>NAGE-K</b><br>ted | OMI: Contenu épreuve: 3x1' sur 3<br>chniques différentes minimum<br>(OMI: Contenu épreuve: 2x1' sur 2<br>chniques différentes minimum<br>ont indicatifs et fixent la durée maximum de<br>chaque exercice) | 1 KAKARI-GEIKO de 2' max (« Tori attacuke oriente sa défense sur l'esquive » en uke)) + 1 YAKU-SOKU-GEIKO de 2' | que librement,<br>(candidat jugé |
| ⇒ <u>Cadre</u>              | e réservé au responsable de CORG  | <u>3</u> :  |                                  |
| ÉPREUVE I                   | JV2 TECHNIQUE VALIDÉE :   | OUI : □   | NON : □                          |
|                             | <u>de chaque juge</u> :   |   |                                  |



## FEUILLE D'ÉVALUATION Code fiche : FEDT – 3H Ordre de passage :

| TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)  TE-WAZA  - yama-arashi  TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)  IMMOBILISATIONS : OSAEKOMI-WAZA - ushiro-gesa-gatame  TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)  Séries A, B et C et D des 20 prédéfinies  B2 = yoko-dori D3 = naname-uchi  D2 = naname-uchi  D3 = naname-uchi  D4 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 :   | NOM :<br>Prénom :<br>Ligue : |                                   |               | Date de naissance :<br>N° de licence : |                          |
|--|------------------------------|-----------------------------------|---------------|--|--------------------------|
| TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)  IMMOBILISATIONS : OSAEKOMI-WAZA  - ushiro-gesa-gatame  TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)  Séries A, B et C et D des 20 prédéfinies  B2 = yoko-dori D3 = naname-uchi  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 : C   |                              | DÉMO                              | NSTRATION AI  | J CHOIX DU CANDIDAT                    |                          |
| TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)  IMMOBILISATIONS : OSAEKOMI-WAZA - ushiro-gesa-gatame  TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)  Séries A, B et C et D des 20 prédéfinies  B2 = yoko-dori D3 = naname-uchi D3 = naname-uchi  D4 EVENCIONE Saisie de côté en ceinturant les bras - Piqué de biais en revers  D5 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 : C   |                              |                                   |               | za, de 2 techniques en ne-waza et de   | es techniques de défense |
| TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)  IMMOBILISATIONS : OSAEKOMI-WAZA  - ushiro-gesa-gatame  TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)  Séries A, B et C et D des 20 prédéfinies  B2 = yoko-dori D3= naname-uchi  D3= naname-uchi  D3= naname-uchi  D4 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 :  EPREUVE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE : OUI : □  NON : C   |                              | TECHNIQUES                        | DE PROJECTIO  | N (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)            | )                        |
| TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)    IMMOBILISATIONS : OSAEKOMI-WAZA   |                              | TE-WAZA                           |               | ASHI-WAZA                              |                          |
| IMMOBILISATIONS : OSAEKOMI-WAZA  - ushiro-gesa-gatame  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 (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  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 : □ |                              | - yama-arashi                     |               | - o-soto-otoshi                        |                          |
| IMMOBILISATIONS : OSAEKOMI-WAZA  - ushiro-gesa-gatame  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 (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  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 : □ |                              | TECHNI                            | OUES AU SOL ( | NE-WAZA IIINO. IUJITSU)                |                          |
| TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)  Séries A, B et C et D des 20 prédéfinies  B2 = yoko-dori D3 = naname-uchi  D3 = naname-uchi  D4 = Yoko-dori D3 = naname-uchi  D5 = Yoko-dori D3 = naname-uchi  D6 = Yoko-dori D3 = naname-uchi  D6 = Yoko-dori Saisie de côté en ceinturant les bras Piqué de biais en revers  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 : □   | <u></u>                      |                                   |               |  | ETSU-WAZA                |
| 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  Défenses:  1 réponse libre à chaque situation d'agression: Saisie de côté en ceinturant les bras Piqué de biais en revers  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:  NON: C  |                              |                                   |               |  |                          |
| 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  Défenses:  1 réponse libre à chaque situation d'agression: Saisie de côté en ceinturant les bras Piqué de biais en revers  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:  NON: C  |                              | TECH                              | NIGHES DE DÉ  | FENSE (IIIDO- IIIIITSII)               |                          |
| B2 = yoko-dori D3 = naname-uchi  - 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   (Les temps sont indicatifs et fixent la durée maximum de chaque exercice)    Cadre réservé au responsable de CORG :    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   NON : C  | Séries                       |                                   |               | ` '                                    |                          |
| D3= naname-uchi  - 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 (Les temps sont indicatifs et fixent la durée maximum de chaque exercice)  □ Cadre réservé au responsable de CORG :  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 :  NON : □   |                              | DO = valva dovi                   |               |  | _                        |
| 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)   □ Cadre réservé au responsable de CORG :  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 :  NON : □  |                              | -                                 | -             |  | as                       |
| 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)  □ Cadre réservé au responsable de CORG:  EPREUVE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE:  □ 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  □ NON: □   |                              |                                   |               |  |                          |
| NAGE-KOMI: Contenu épreuve: 2x1' sur 2 techniques différentes minimum (Les temps sont indicatifs et fixent la durée maximum de chaque exercice)  □ Cadre réservé au responsable de CORG:  □ Cadre réservé au responsable de CORG:  □ Coul: □ NON: □  |                              | -                                 |               | EXERCICES D'APPLICATION                | À RÉALISER               |
| techniques différentes minimum (Les temps sont indicatifs et fixent la durée maximum de chaque exercice)   □ Cadre réservé au responsable de CORG :  EPREUVE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE :  Uke oriente sa défense sur l'esquive » (candidat jugé en uke)) + 1 YAKU-SOKU-GEIKO de 2' max  Uke oriente sa défense sur l'esquive » (candidat jugé en uke)) + 1 YAKU-SOKU-GEIKO de 2' max   |                              | •                                 |               | 1 ΚΔΚΔRI-GFIKO de 2' max (« Tor        | ri attaque lihrement     |
| (Les temps sont indicatifs et fixent la durée maximum de chaque exercice)  ⇒ Cadre réservé au responsable de CORG :  ÉPREUVE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE : OUI : □ NON : □   |                              | ·                                 |               |  |                          |
| ÉPREUVE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE : OUI : □ NON : □  |                              | ont indicatifs et fixent la durée |               | en uke)) + 1 YAKU-SOKU-GEIKO           | de 2' max                |
| ÉPREUVE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE : OUI : □ NON : □  |                              |                                   |               |  |                          |
|  | ⇒ <u>Cadre</u>               | réservé au responsat              | ole de CORG : |  |                          |
|  | ÉPREUVE U                    | JV2 TECHNIQUE VA                  | LIDÉE :       | OUI : 🗆                                | NON : □                  |
| Signature de chaque juge :   |                              |                                   |               |  |                          |
|  | Signature d                  | <u>le chaque juge</u> :           |               |  |                          |
| 1  |                              |                                   |               |  |                          |
| Signature et cachet du CORG :  | Signature 6                  | at cachat du CORG                 |               |  |                          |
| Signature et cachet du Corta.  | <u>Signature e</u>           | R Cachet du Cona                  | •             |  |                          |
|  |                              |                                   |               |  |                          |
|  |                              |                                   |               |  |                          |



### FEUILLE D'ÉVALUATION Code fiche : FEDT – 31 Ordre de passage :

| OM :<br>énom :<br>gue : |   |                  | Date de naissan<br>N° de licence :           | ce:                              |                 |
|-------------------------|---|------------------|--|----------------------------------|-----------------|
|                         | DÉMON   | STRATION AU      | CHOIX DU CANDIDA                             | AT                               |                 |
|                         | liser : démonstration de 3 techniqu<br>dat sur saisies, coups et armes. | ies en nage-waza | a, de 2 techniques en n                      | e-waza et des tech               | niques de défen |
|                         | TECHNIQUES DE   | PROJECTION       | (NAGE-WAZA JUDO                              | ), JUJITSU)                      |                 |
|                         | KOSHI-WAZA  |                  | ASHI-WA                                      | ZA                               | 7               |
|                         | - tsuri-goshi   | -                | - ko-soto-gake                               |                                  |                 |
|                         | TECHNIOI  | IFS ALL SOL (N   | E-WAZA JUDO, JUJI                            | TCII)                            |                 |
|                         | IMMOBILISATIONS : OSAE  |                  |  | <u> ES</u> : <u>KANSETSU-V</u>   | VAZA            |
|                         | – kata-gatame   | _                | - ude-garami                                 |                                  |                 |
|                         | -   |                  |  |                                  |                 |
|                         |   |                  | ENSE (JUDO- JUJITS                           |                                  |                 |
|                         | Séries A, B et C et D des 20 prédéfi                                    | nies             | De<br>1 réponse libre à cha                  | fenses :<br>que situation d'agre | ession:         |
|                         | A4 = yoko-kubi-dori   | -                | Saisie à 2 mains de côt                      |                                  |                 |
|                         | D4= kiri-komi   | -                | Attaque de haut en bas                       | s (arme)                         |                 |
| UC                      | HI-KOMI : Contenu épreuve : 3x1   | .' sur 3         | EXERCICES D'APP                              | LICATION À RÉA                   | LISER           |
|                         | techniques différentes minimun  |                  | 4 //4// 51 051//0 1 0                        |                                  |                 |
| NA                      | <b>GE-KOMI</b> : Contenu épreuve: 2x2 techniques différentes minimun    |                  | 1 KAKARI-GEIKO de 2<br>uke oriente sa défens |                                  |                 |
| (Les ter                | nps sont indicatifs et fixent la durée m                                |                  | en uke)) + 1 YAKU-S                          |                                  | , ,             |
|                         | chaque exercice)  |                  |  |                                  |                 |
|                         |   |                  |  |                                  |                 |
| ⇒ <u>(</u>              | Cadre réservé au responsable  | e de CORG :      |  |                                  |                 |
| ÉPREU                   | VE UV2 TECHNIQUE VALI   | DÉE:             | OUI : 🗖                                      |                                  | NON : □         |
|                         |   |                  |  |                                  |                 |
| <u>Signatı</u>          | <u>ure de chaque juge</u> :   |                  |  |                                  |                 |
|                         |   |                  |  |                                  |                 |
|                         |   |                  |  |                                  |                 |
| <u>Signatı</u>          | <u>ure et cachet du CORG</u> :  |                  |  |                                  |                 |
|                         |   |                  |  |                                  |                 |
|                         |   |                  |  |                                  |                 |
|                         |   |                  |  |                                  |                 |



### FEUILLE D'ÉVALUATION Code fiche : FEDT – 3J Ordre de passage :

| OM :<br>rénom :<br>gue : |   | Date de naissance<br>N° de licence : | e:   |      |
|--------------------------|---|--------------------------------------|--|------|
|                          | DÉMONSTRATION   | AU CHOIX DU CANDIDAT                 | г  |      |
|                          | ser : démonstration de 3 techniques en nage<br>lat sur saisies, coups et armes.   | aza, de 2 techniques en ne-          | -waza et des techniques de dé  | fens |
|                          | TECHNIQUES DE PROJECT   | DN (NAGE-WAZA JUDO,                  | JUJITSU)   |      |
|                          | KOSHI-WAZA  | ASHI-WAZA                            | <u> </u>   |      |
|                          | - uchi-mata   | - Sumi-otoshi                        |  |      |
|                          | TECHNIQUES AU SO  | (NE-WAZA JUDO, JUJITS                | SU)  |      |
|                          | IMMOBILISATIONS : OSAEKOMI-WAZ  |                                      | S: KANSETSU-WAZA   |      |
|                          | – kuzure-kami-shiho-gatame  | ude-hishigi-ashi-ga                  |  |      |
|                          | -   |                                      |  |      |
|                          |   | ÉFENSE (JUDO- JUJITSU)               | •  | -    |
| S                        | éries A, B et C et D des 20 prédéfinies   |                                      | nses :<br>ue situation d'agression :   |      |
|                          | C2 = chudan-gyaku-suki  | Coup de poing direct au p            | _  |      |
|                          | D5= yoko-uchi   | Attaque oblique à la tête            | (arme)   |      |
| NAC                      | HI-KOMI: Contenu épreuve: 3x1' sur 3 techniques différentes minimum GE-KOMI: Contenu épreuve: 2x1' sur 2 techniques différentes minimum apps sont indicatifs et fixent la durée maximum de chaque exercice) | 1 KAKARI-GEIKO de 2'                 | ICATION À RÉALISER<br>max (« Tori attaque librement,<br>sur l'esquive » (candidat jugé<br>KU-GEIKO de 2' max |      |
| ⇒ <u>C</u>               | adre réservé au responsable de CORG   |                                      |  |      |
| ÉPREU\                   | /E UV2 TECHNIQUE VALIDÉE :  | OUI : 🗖                              | NON  | : 🗖  |
|                          |   |                                      |  |      |
| <u>Signatu</u>           | re de chaque juge :   |                                      |  |      |
| Signatu                  | re et cachet du CORG :  |                                      |  |      |



## FEUILLE D'ÉVALUATION Code fiche : FEDT – 3K Ordre de passage :

| NOM :<br>Prénom :<br>Ligue : |  | Date de naissance :<br>N° de licence :                          |             |
|------------------------------|--|---|-------------|
|                              | DÉMONSTRATIO   | N AU CHOIX DU CANDIDAT  |             |
|                              | liser : démonstration de 3 techniques en nage<br>dat sur saisies, coups et armes.  | e-waza, de 2 techniques en ne-waza et des techniques de         | défense au  |
|                              | TECHNIQUES DE PROJEC   | TION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)                                  |             |
|                              | ASHI-WAZA  | SUTEMI-WAZA   |             |
|                              | - tsubame-gaeshi 🔲   | – yoko-tomoe-nage   |             |
|                              | TECHNIQUES ALL SA  | OL (NE WAZA IUDO IUUTEU)  |             |
|                              | ÉTRANGLEMENTS : SHIME-WAZA   | OL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)  CLÉS AUX COUDES : KANSETSU-WAZA     |             |
|                              | - sode-guruma-jime   | - ude-hishigi-ude-gatame  |             |
|                              |  |   |             |
| <del></del>                  |  | DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)   | <del></del> |
| \$                           | Séries A, B et C et D des 20 prédéfinies   | Défenses :<br>1 réponse libre à chaque situation d'agression :  |             |
|                              | B1 = mae-dori  | - Saisie de face en ceinturant sous les bras                    |             |
|                              | D5 = yoko-uchi   | - Attaque oblique à la tête (arme)                              |             |
| NA                           | chi-komi: Contenu épreuve: 3x1' sur 3<br>techniques différentes minimum<br>GE-KOMI: Contenu épreuve: 2x1' sur 2<br>techniques différentes minimum<br>mps sont indicatifs et fixent la durée maximum de<br>chaque exercice) | EXERCICES D'APPLICATION À RÉALISER  2 YAKU-SOKU-GEIKO de 2' max |             |
| <b>⇒</b> (                   | Cadre réservé au responsable de COR  | <u>G</u> :  | _           |
| ÉPREU                        | VE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE :   | OUI : 🗖 NOI   | N : □       |
| <u>Signat</u>                | ure de chaque juge :   |   |             |
| <u>Signat</u>                | ure et cachet du CORG :  |   |             |
|                              |  |   |             |



## FEUILLE D'ÉVALUATION Code fiche : FEDT – 3L Ordre de passage :

| NOM: Prénom: Ligue:           |                            |   |                  | Date de naissance :<br>N° de licence :           |                   |  |  |
|-------------------------------|----------------------------|---|------------------|--|-------------------|--|--|
|                               |                            | D   | ÉMONSTRATION     | N AU CHOIX DU CANDIDAT                           |                   |  |  |
|                               |                            | démonstration de 3 t<br>ur saisies, coups et ar |                  | -waza, de 2 techniques en ne-waza et des techniq | ues de défense au |  |  |
|                               |                            | TECHNIQ   | UES DE PROJEC    | TION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)                   |                   |  |  |
|                               |                            | ASHI-   | NA <u>ZA</u>     | SUTEMI-WAZA                                      |                   |  |  |
|                               |                            | – o-uchi-gari                                   |                  | – soto-makikomi 🔲                                |                   |  |  |
|                               |                            | TEC   | CHNIQUES AU SO   | DL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)                       |                   |  |  |
|                               |                            | ÉTRANGLEMENT                                    | S:SHIME-WAZA     | CLÉS AUX COUDES : KANSETSU-WAZ                   | <u>ZA</u>         |  |  |
|                               | – kat                      | ta-juji-jime                                    |                  | – ude-hishigi-hara-gatame                        | ם                 |  |  |
|                               |                            |   | TAUNIAUEC DE     |  |                   |  |  |
|                               | Sárias                     | A, B et C et D des 20                           |                  | DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)  Défenses :              |                   |  |  |
|                               | Jenes                      | A, Det Cet Dues 20                              | predefines       | 1 réponse libre à chaque situation d'agression : |                   |  |  |
|                               |                            | B5 = hadaka-jim                                 |                  | - Etranglement par l'arrière                     |                   |  |  |
|                               |                            | C1= jodan-oi-tsul                               | Κİ               | - Coup de poing direct haut                      |                   |  |  |
|                               | HCHI-KC                    | <b>DMI</b> : Contenu épreu                      | IVA · 3v1' sur 3 | EXERCICES D'APPLICATION À RÉALIS                 | SFR               |  |  |
|                               |                            | hniques différentes n                           |                  | EXERCICES D'AFFLICATION À REALISER               |                   |  |  |
|                               | NAGE-K                     | OMI : Contenu épreu                             | uve : 2x1' sur 2 | 2 YAKU-SOKU-GEIKO de 2' max                      |                   |  |  |
| (1.4                          |                            | hniques différentes n                           |                  |  |                   |  |  |
| (1.6                          | es temps so                | ont indicatifs et fixent la<br>chaque exercice) |                  |  |                   |  |  |
|                               |                            |   |                  |  |                   |  |  |
| -                             | ⇒ <u>Cadre</u>             | e réservé au respo                              | nsable de CORC   | <u>3</u> :                                       |                   |  |  |
| ÉPR                           | REUVE U                    | JV2 TECHNIQUE                                   | VALIDÉE :        | OUI : □  | NON : □           |  |  |
|                               |                            |   |                  |  |                   |  |  |
| <u>Sig</u> r                  | Signature de chaque juge : |   |                  |  |                   |  |  |
|                               |                            |   |                  |  |                   |  |  |
| Signature et cachet du CORG : |                            |   |                  |  |                   |  |  |
|                               |                            |   |                  |  |                   |  |  |
|                               |                            |   |                  |  |                   |  |  |
| •                             |                            |   |                  |  |                   |  |  |



### FEUILLE D'ÉVALUATION Code fiche : FEDT – 3M Ordre de passage :

| NOM :<br>Prénom :<br>Ligue : |   | Date de naissance :<br>N° de licence :                              |  |  |
|------------------------------|---|---|--|--|
|                              | DÉMONSTRATIO  | ON AU CHOIX DU CANDIDAT   |  |  |
|                              | liser : démonstration de 3 techniques en na<br>dat sur saisies, coups et armes. | ge-waza, de 2 techniques en ne-waza et des techniques de défense au |  |  |
|                              | TECHNIQUES DE PROJE   | ECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)                                    |  |  |
|                              | KOSHI-WAZA  | TE-WAZA   |  |  |
|                              | – hane-goshi  | – kibisu-gaeshi 🔲   |  |  |
|                              | TEQUNIQUES ALL  |   |  |  |
|                              | ÉTRANGLEMENTS : SHIME-WAZ   | SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)  A CLÉS AUX COUDES : KANSETSU-WAZA      |  |  |
|                              | - nami-juji-jime □  | - ude-garami  |  |  |
|                              |   |   |  |  |
|                              |   | E DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)  Défenses :                               |  |  |
|                              | Séries A, B et C et D des 20 prédéfinies  | Detenses :<br>1 réponse libre à chaque situation d'agression :      |  |  |
|                              | B5 = HADAKA JIME<br>D3= NANAME UCHI   | - Etranglement par l'arrière  |  |  |
|                              | D3= NANAWE UCHI   | - Piqué de biais en revers (arme)                                   |  |  |
| UC                           | HI-KOMI: Contenu épreuve: 3x1' sur 3  | EXERCICES D'APPLICATION À RÉALISER                                  |  |  |
| NA.                          | techniques différentes minimum  | 2 YAKU-SOKU-GEIKO de 2' max   |  |  |
| NA                           | <b>GE-KOMI</b> : Contenu épreuve: 2x1' sur 2 techniques différentes minimum     | 2 TANU-SUNU-GEINU de 2 IIIax  |  |  |
|                              | nps sont indicatifs et fixent la durée maximum d<br>chaque exercice)            |   |  |  |
|                              | chaque exercice)  |   |  |  |
| ⇒ <b>(</b>                   | Cadre réservé au responsable de CO  |   |  |  |
|                              | VE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE :  |   |  |  |
| EPREU                        | VE UVZ TECHNIQUE VALIDEE.   | OUI. L  |  |  |
| Signatu                      | <u>ure de chaque juge</u> :   |   |  |  |
| <u> </u>                     |   |   |  |  |
|                              |   |   |  |  |
| <u>Signatı</u>               | <u>ure et cachet du CORG</u> :  |   |  |  |
|                              |   |   |  |  |
|                              |   |   |  |  |
|                              |   |   |  |  |
|                              |   |   |  |  |



## FEUILLE D'ÉVALUATION Code fiche : FEDT – 3N Ordre de passage :

| NOM :<br>Prénom :<br>Ligue : | Date de naissance :<br>N° de licence :  |  |  |  |  |
|------------------------------|---|--|--|--|--|
|                              | DÉMONSTRATIO  | N AU CHOIX DU CANDIDAT   |  |  |  |
|                              | er : démonstration de 3 techniques en nag<br>at sur saisies, coups et armes.  | ge-waza, de 2 techniques en ne-waza et des techniques de défense au  |  |  |  |
|                              | TECHNIQUES DE PROJEC  | CTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)  |  |  |  |
|                              | KOSHI-WAZA  | SUTEMI-WAZA  |  |  |  |
|                              | - tsurikomi-goshi 🚨   | - yoko-gake 📮  |  |  |  |
|                              | TECHNIQUES AU S   | OL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)   |  |  |  |
|                              | OSAEKOMI-WAZA: IMMOBILISATIO  | NS CLÉS AUX COUDES : KANSETSU-WAZA   |  |  |  |
| -                            | makura-gesa-gatame  | □ ude-hishigi-waki-gatame □  |  |  |  |
| _                            | TECHNIQUES DE   | E DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)  |  |  |  |
| Sé                           | ries A, B et C et D des 20 prédéfinies<br>A5 = yoko-sode-dori<br>D1= naname-tsuki   | Défenses :  1 réponse libre à chaque situation d'agression :  - Saisie de la manche de côté  - Piqué de haut en bas (arme)   |  |  |  |
| NAG                          | II-KOMI: Contenu épreuve: 3x1' sur 3 techniques différentes minimum  E-KOMI: Contenu épreuve: 2x1' sur 2 techniques différentes minimum os 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 |  |  |  |
| ⇒ <u>Ca</u>                  | ndre réservé au responsable de COR  | <u>RG</u> :  |  |  |  |
| ÉPREUV                       | E UV2 TECHNIQUE VALIDÉE :   | OUI : □ NON : □  |  |  |  |
|                              | re de chaque juge :<br>re et cachet du CORG :   |  |  |  |  |
|                              |   |  |  |  |  |



## FEUILLE D'ÉVALUATION Code fiche : FEDT – 30 Ordre de passage :

| NOM :<br>Prénom :<br>Ligue : |   | Date de naissance :<br>N° de licence :   |  |  |
|------------------------------|---|--|--|--|
|                              | DÉMONSTRATIO  | ON AU CHOIX DU CANDIDAT  |  |  |
|                              | ser : démonstration de 3 techniques en nag<br>at sur saisies, coups et armes.   | ge-waza, de 2 techniques en ne-waza et des techniques de défense   |  |  |
|                              | TECHNIQUES DE PROJEC  | CTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)  |  |  |
|                              | KOSHI-WAZA  | <u>SUTEMI-WAZA</u>   |  |  |
|                              | - utsuri-goshi 🔲  | – uki-waza 🗖   |  |  |
|                              | TECHNIQUES AU S   | SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)  |  |  |
| Γ                            | OSAEKOMI-WAZA : IMMOBILISATION  |  |  |  |
| -                            | - tate-shiho-gatame   | – ude-hishigi-hiza-gatame  |  |  |
| L                            |   |  |  |  |
| 0.4                          |   | E DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)  |  |  |
| Se                           | éries A, B et C et D des 20 prédéfinies   | Défenses :<br>1 réponse libre à chaque situation d'agression :   |  |  |
|                              | A5 = yoko-sode-dori   | - Saisie de la manche de côté  |  |  |
|                              | D3= naname-uchi   | - Piqué de biais en revers (arme)  |  |  |
| NAG                          | II-KOMI: Contenu épreuve: 3x1' sur 3 techniques différentes minimum iE-KOMI: Contenu épreuve: 2x1' sur 2 techniques différentes minimum ps 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 |  |  |
| ⇒ <u>Ca</u>                  | adre réservé au responsable de COR  | <u>RG</u> :  |  |  |
| ÉPREUV                       | 'E UV2 TECHNIQUE VALIDÉE :  | OUI : □ NON : □  |  |  |
| <u>Signatu</u>               | re de chaque juge :   |  |  |  |
| <u>Signatu</u>               | re et cachet du CORG :  |  |  |  |
|                              |   |  |  |  |



### FEUILLE D'ÉVALUATION Code fiche : FEDT – 3P Ordre de passage :

| NOM :<br>Prénom :<br>Ligue :              | Date de naissance :<br>N° de licence :   |                          |   |                             |  |  |
|---|--|--------------------------|---|-----------------------------|--|--|
|   | DÉM  | ONSTRATION               | AU CHOIX DU CANDIDAT  |                             |  |  |
|   | démonstration de 3 techr<br>ur saisies, coups et armes   |                          | -waza, de 2 techniques en ne-waza et d  | es techniques de défense au |  |  |
|   | TECHNIQUES   | DE PROJEC                | TION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)  | )                           |  |  |
|   | TE-WAZA<br>- sukui-nage □  |                          | SUTEMI-WAZA<br>-yoko-tomoe-nage □   |                             |  |  |
| TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU) |  |                          |   |                             |  |  |
|   | <u>ÉTRANGLEMENTS</u> : <u>S</u>  |                          | CLÉS AUX COUDES : KANSETSU-   | _                           |  |  |
|   | - tsukkomi-jime  |                          | - ude-hishigi-hara-gatame   |                             |  |  |
|   | TECH   | NIQUES DE                | DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)   |                             |  |  |
| Séries                                    | Séries A, B et C et D des 20 prédéfinies  C1 = jodan-oi-tsuki  D4 = kiri-komi  |                          | Défenses : 1 réponse libre à chaque situation d'agression : - Coup de poing direct haut - Attaque de haut en bas (arme)   |                             |  |  |
| ted<br><b>NAGE-K</b><br>ted               | OMI: Contenu épreuve: Chniques différentes minim<br>(OMI: Contenu épreuve: Chniques différentes minim<br>cont indicatifs et fixent la duré<br>chaque exercice) | num<br>2x1' sur 2<br>num | 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 |                             |  |  |
| ⇒ <u>Cadre</u>                            | e réservé au responsa  | ble de CORC              | <u>2</u> :  |                             |  |  |
| ÉPREUVE I                                 | JV2 TECHNIQUE VA   | LIDÉE :                  | OUI : □   | NON : □                     |  |  |
| Signature (                               | <u>de chaque juge</u> :  |                          |   |                             |  |  |
| Signature o                               | et cachet du CORG  | :                        |   |                             |  |  |



### FEUILLE D'ÉVALUATION Code fiche : FEDT – 3Q Ordre de passage :

| NOM:                          |   |              | Date de na   | issance :                 |                       |  |  |
|-------------------------------|---|--------------|--|---------------------------|-----------------------|--|--|
| Prénom:                       |   |              | N° de licen  | ce:                       |                       |  |  |
| Ligue:                        |   |              |  |                           |                       |  |  |
|                               | DÉI   | MONSTRATION  | N AU CHOIX DU CA   | NDIDAT                    |                       |  |  |
|                               |   |              | -waza, de 2 technique  | es en ne-waza et des tech | nniques de défense au |  |  |
| choix du candidat s           | ur saisies, coups et arme   | es.          |  |                           |                       |  |  |
|                               | TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)                        |              |  |                           |                       |  |  |
|                               | TE-WAZ  | <u>'A</u>    | SUTE   | EMI-WAZA                  |                       |  |  |
| - yama-arashi                 |   |              | -yoko-otoshi □   |                           |                       |  |  |
|                               |   |              |  |                           |                       |  |  |
|                               | TECHI<br>ÉTRANGLEMENTS :  |              | L (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)  CLÉS AUX COUDES : KANSETSU-WAZA     |                           |                       |  |  |
|                               | - ryo-te-jime   |              | <ul><li>ude-hishigi-hiza-</li></ul>                            |                           | 1                     |  |  |
|                               | - tyo-te-jiiile   |              | dae memgi mza  | gatamo                    |                       |  |  |
|                               | TEC   | HNIQUES DE   | DÉFENSE (JUDO- J   | UJITSU)                   |                       |  |  |
| Séries                        | s A, B et C et D des 20 pr  | édéfinies    | Défenses :<br>1 réponse libre à chaque situation d'agression : |                           | ression :             |  |  |
|                               | C1 = jodan-oi-tsuki   |              | - Coup de poing direct haut                                    |                           |                       |  |  |
|                               | D1 = naname-tsuki   |              | - Piqué de haut en bas (arme)                                  |                           |                       |  |  |
|                               | (OMI : Contenu épreuve  |              | EXERCICES D  | D'APPLICATION À RÉA       | ALISER                |  |  |
|                               | chniques différentes min  |              | 1 KAKARI-GEIKO de 2' max (« Tori propose des                   |                           |                       |  |  |
| teo                           | NAGE-KOMI: Contenu épreuve: 2x1' sur 2 techniques différentes minimum     |              | enchainements et uke défend librement » (candidat              |                           | nt » (candidat        |  |  |
| (Les temps s                  | (Les temps sont indicatifs et fixent la durée maximum de chaque exercice) |              |  | + 1 YAKU-SOKU-GEIKO de    | e 2' max              |  |  |
|                               |   |              | I  |                           |                       |  |  |
| ⇒ <u>Cadr</u>                 | e réservé au respons  | able de CORC | <u>3</u> :   |                           | _                     |  |  |
| ÉPREUVE I                     | UV2 TECHNIQUE V   | 'ALIDÉE :    | OUI  | l: <b>-</b>               | NON : □               |  |  |
| Cignoturo                     | do oboquo iugo i  |              |  |                           |                       |  |  |
| Signature                     | <u>de chaque juge</u> :   |              |  |                           |                       |  |  |
|                               |   |              |  |                           |                       |  |  |
| Signature et cachet du CORG : |   |              |  |                           |                       |  |  |
|                               |   |              |  |                           |                       |  |  |
|                               |   |              |  |                           |                       |  |  |
|                               |   |              |  |                           |                       |  |  |