FEUILLE D'ÉVALUATION

Code fiche : FEDT – 3A
Ordre de passage :

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)

TE-WAZA	SUTEMI-WAZA
– sukui-nage ❑	–daki-wakare ❑

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

ÉTRANGLEMENTS : SHIME-WAZA	CLÉS AUX COUDES : KANSETSU-WAZA
– morote-jime ❑	– ude-hishigi-hara-gatame ❑

TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

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)

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 propose des enchainements et uke défend librement » (candidat jugé en tori))* + 1 YAKU-SOKU-GEIKO de 2' max

⇨ *Cadre réservé au responsable de CORG :*

ÉPREUVE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE : OUI : ❑ NON : ❑

Signature de chaque juge :

Signature et cachet du CORG :

Code fiche : FEDT – 3B
Ordre de passage :

FEUILLE D'ÉVALUATION

3e DAN - UV2 (dominante technique)

Rappel réglementaire : - 1 méconnaissance par domaine est admise.

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)

KOSHI-WAZA	SUTEMI-WAZA
– hane-goshi ❑	–yoko-otoshi ❑

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

IMMOBILISATIONS : OSAEKOMI-WAZA	CLÉS AUX COUDES : KANSETSU-WAZA
– makura-gesa-gatame ❑	– ude-hishigi-ashi-gatame ❑

TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

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

⇨ *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 – 3C
Ordre de passage :

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)

TE-WAZA	SUTEMI-WAZA
– yama-arashi ❑	–yoko-otoshi ❑

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

ÉTRANGLEMENTS : SHIME-WAZA	CLÉS AUX COUDES : KANSETSU-WAZA
– morote-jime ❑	– ude-hishigi-hiza-gatame ❑

TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C et D des 20 prédéfinies C1 = jodan-oi-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 *(Les temps sont indicatifs et fixent la durée maximum de chaque exercice)*	**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 – 3D
Ordre de passage :

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)

AHSI-WAZA	SUTEMI-WAZA
– o-soto-gaeshi ❑	–yoko-wakare ❑

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

ÉTRANGLEMENTS : SHIME-WAZA	CLÉS AUX COUDES : KANSETSU-WAZA
– morote-jime ❑	– ude-hishigi-sankaku-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 (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 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 – 3E

Ordre de passage :

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)

AHSI-WAZA	SUTEMI-WAZA
– o-soto-gari ❑	–yoko-otoshi ❑

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

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

TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C et D des 20 prédéfinies A1 = 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 *(Les temps sont indicatifs et fixent la durée maximum de chaque exercice)*	**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 – 3F
Ordre de passage :

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)

TE-WAZA	ASHI-WAZA
– kuchiki-taoshi ❑	– harai-tsurikomi-ashi ❑

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

ÉTRANGLEMENTS : SHIME-WAZA	CLÉS AUX COUDES : KANSETSU-WAZA
– kata-ha-jime ❑	– ude-hishigi-hiza-gatame ❑

TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C et D des 20 prédéfinies A3 = mae-kubi-dori 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 *(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

⇨ *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 – 3G
Ordre de passage :

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)

TE-WAZA	ASHI-WAZA
– seoi-otoshi ❑	– o-soto-guruma ❑

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

ÉTRANGLEMENTS : SHIME-WAZA	CLÉS AUX COUDES : KANSETSU-WAZA
– gyaku-juji-jime ❑	– ude-hishigi-waki-gatame ❑

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'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

⇨ *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 – 3H
Ordre de passage :

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)

TE-WAZA	ASHI-WAZA
– yama-arashi ❑	– o-soto-otoshi ❑

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

IMMOBILISATIONS : OSAEKOMI-WAZA	CLÉS AUX COUDES : KANSETSU-WAZA
– ushiro-gesa-gatame ❑	– ude-hishigi-juji-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

⇨ *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 – 3I

Ordre de passage :

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)

KOSHI-WAZA	ASHI-WAZA
– tsuri-goshi ❑	– ko-soto-gake ❑

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

IMMOBILISATIONS : OSAEKOMI-WAZA	CLÉS AUX COUDES : KANSETSU-WAZA
– kata-gatame ❑	– ude-garami ❑

TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C et D des 20 prédéfinies A4 = yoko-kubi-dori 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 *(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

⇨ *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 – 3J
Ordre de passage :

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)

KOSHI-WAZA	ASHI-WAZA
– uchi-mata ❑	– Sumi-otoshi ❑

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

IMMOBILISATIONS : OSAEKOMI-WAZA	CLÉS AUX COUDES : KANSETSU-WAZA
– kuzure-kami-shiho-gatame ❑	– ude-hishigi-ashi-gatame ❑

TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C et D des 20 prédéfinies C2 = chudan-gyaku-suki 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 *(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

⇨ *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 – 3K
Ordre de passage :

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)

ASHI-WAZA	SUTEMI-WAZA
– tsubame-gaeshi ❑	– yoko-tomoe-nage ❑

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

ÉTRANGLEMENTS : SHIME-WAZA	CLÉS AUX COUDES : KANSETSU-WAZA
– sode-guruma-jime ❑	– ude-hishigi-ude-gatame ❑

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 *(Les temps sont indicatifs et fixent la durée maximum de chaque exercice)*	**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 – 3L
Ordre de passage :

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)

ASHI-WAZA	SUTEMI-WAZA
– o-uchi-gari ❑	– soto-makikomi ❑

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

ÉTRANGLEMENTS : SHIME-WAZA	CLÉS AUX COUDES : KANSETSU-WAZA
– kata-juji-jime ❑	– ude-hishigi-hara-gatame ❑

TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C et D des 20 prédéfinies B5 = hadaka-jime C1= jodan-oi-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 *(Les temps sont indicatifs et fixent la durée maximum de chaque exercice)*	**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 – 3M
Ordre de passage :

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)

KOSHI-WAZA	TE-WAZA
– hane-goshi ❑	– kibisu-gaeshi ❑

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

ÉTRANGLEMENTS : SHIME-WAZA	CLÉS AUX COUDES : KANSETSU-WAZA
– nami-juji-jime ❑	– ude-garami ❑

TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C et D des 20 prédéfinies B5 = HADAKA JIME 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 *(Les temps sont indicatifs et fixent la durée maximum de chaque exercice)*	**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 – 3N
Ordre de passage :

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)

KOSHI-WAZA	SUTEMI-WAZA
– tsurikomi-goshi ❑	– yoko-gake ❑

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

OSAEKOMI-WAZA : IMMOBILISATIONS	CLÉS AUX COUDES : KANSETSU-WAZA
– makura-gesa-gatame ❑	– ude-hishigi-waki-gatame ❑

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 *(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

⇨ *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 – 3O
Ordre de passage :

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)

KOSHI-WAZA	SUTEMI-WAZA
– utsuri-goshi ❑	– uki-waza ❑

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

OSAEKOMI-WAZA : IMMOBILISATIONS	CLÉS AUX COUDES : KANSETSU-WAZA
– tate-shiho-gatame ❑	– ude-hishigi-hiza-gatame ❑

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 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

⇨ *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 – 3P
Ordre de passage :

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)

TE-WAZA	SUTEMI-WAZA
– sukui-nage ❑	–yoko-tomoe-nage ❑

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

ÉTRANGLEMENTS : SHIME-WAZA	CLÉS AUX COUDES : KANSETSU-WAZA
– tsukkomi-jime ❑	– ude-hishigi-hara-gatame ❑

TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

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)

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 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 – 3Q
Ordre de passage :

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)

TE-WAZA	SUTEMI-WAZA
– yama-arashi ❑	–yoko-otoshi ❑

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

ÉTRANGLEMENTS : SHIME-WAZA	CLÉS AUX COUDES : KANSETSU-WAZA
– ryo-te-jime ❑	– ude-hishigi-hiza-gatame ❑

TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C et D des 20 prédéfinies C1 = jodan-oi-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 *(Les temps sont indicatifs et fixent la durée maximum de chaque exercice)*	**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 :