



# FEUILLE D'ÉVALUATION

## 2<sup>e</sup> DAN - UV2 (dominante technique)

NOM :  
Prénom :  
Ligue :

Date de naissance :  
N° de licence :

### DÉMONSTRATION AU CHOIX DU CANDIDAT

Contenu à réaliser : démonstration d'une technique en nage-waza, d'une technique en ne-waza et d'une technique de défense au choix du candidat (durée 5' max).

### TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>ASHI-WAZA</u>	<u>SUTEMI-WAZA</u>
- uchi-mata <input type="checkbox"/>	- yoko-guruma <input type="checkbox"/>

### TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

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

### TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C des 20 prédéfinies A1 = KATATE DORI C5 = SHUDAN MAWAISHI GERI	Défenses : 1 réponse libre à chaque situation d'agression : - Saisie du poignet à 2 mains - Coup de pied circulaire
--	---

<b>UCHI-KOMI</b> : Contenu épreuve : 2x1'30 sur 2 techniques différentes minimum <b>NAGE-KOMI</b> : Contenu épreuve : 2x1'30 sur 2 techniques différentes minimum <i>(Les temps sont indicatifs et fixent la durée maximum de chaque exercice)</i>	<b>EXERCICES D'APPLICATION À RÉALISER</b> 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

## 2<sup>e</sup> DAN - UV2 (dominante technique)

NOM :

Date de naissance :

Prénom :

N° de licence :

Ligue :

### DÉMONSTRATION AU CHOIX DU CANDIDAT

Contenu à réaliser : démonstration d'une technique en nage-waza, d'une technique en ne-waza et d'une technique de défense au choix du candidat (durée 5' max).

### TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>TE-WAZA</u>	<u>SUTEMI-WAZA</u>
- Kata-guruma <input type="checkbox"/>	- ko-uchi-makikomi <input type="checkbox"/>

### TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

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

### TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C des 20 prédéfinies A3 = MAE DORI KUBI C4 = SHUDAN MAE GERI KEKOMI	Défenses : 1 réponse libre à chaque situation d'agression : - Saisie à 2 mains de face au coup - Coup de pied direct de face
--	--

<b>UCHI-KOMI</b> : Contenu épreuve : 2x1'30 sur 2 techniques différentes minimum <b>NAGE-KOMI</b> : Contenu épreuve : 2x1'30 sur 2 techniques différentes minimum (Les temps sont indicatifs et fixent la durée maximum de chaque exercice)	<b>EXERCICES D'APPLICATION À RÉALISER</b> 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 – 2C

Ordre de passage :

## 2<sup>e</sup> DAN - UV2 (dominante technique)

NOM :

Date de naissance :

Prénom :

N° de licence :

Ligue :

### DÉMONSTRATION AU CHOIX DU CANDIDAT

Contenu à réaliser : démonstration d'une technique en nage-waza, d'une technique en ne-waza et d'une technique de défense au choix du candidat (durée 5' max).

### TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>ASHI-WAZA</u>	<u>SUTEMI-WAZA</u>
- uchi-mata <input type="checkbox"/>	- Harai-maki-komi <input type="checkbox"/>

### TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

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

### TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C des 20 prédéfinies A1 = KATATE DORI C5 = SHUDAN MAWAISHI GERI	Défenses : 1 réponse libre à chaque situation d'agression : - Saisie du poignet à 2 mains - Coup de pied circulaire
--	---

<b>UCHI-KOMI</b> : Contenu épreuve : 2x1'30 sur 2 techniques différentes minimum <b>NAGE-KOMI</b> : Contenu épreuve : 2x1'30 sur 2 techniques différentes minimum <i>(Les temps sont indicatifs et fixent la durée maximum de chaque exercice)</i>	<b>EXERCICES D'APPLICATION À RÉALISER</b> 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 - 2D

Ordre de passage :

## 2<sup>e</sup> DAN - UV2 (dominante technique)

NOM :  
Prénom :  
Ligue :

Date de naissance :  
N° de licence :

### DÉMONSTRATION AU CHOIX DU CANDIDAT

Contenu à réaliser : démonstration d'une technique en nage-waza, d'une technique en ne-waza et d'une technique de défense au choix du candidat (durée 5' max).

### TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>ASHI-WAZA</u>	<u>SUTEMI-WAZA</u>
- o-soto-guruma <input type="checkbox"/>	- Yoko-tomoe-nage <input type="checkbox"/>

### TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>IMMOBILISATIONS</u> <u>OSAEKOMI-WAZA</u>	<u>CLÉS AUX COUDES</u> <u>KANSETSU-WAZA</u>
- kata-gatame <input type="checkbox"/>	- Ude-hishigi-ashi-gatame <input type="checkbox"/>

### TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C des 20 prédéfinies A1 = KATATE DORI C5 = SHUDAN MAWAISHI GERI	Défenses : 1 réponse libre à chaque situation d'agression : - Saisie du poignet à 2 mains - Coup de pied circulaire
--	---

<b>UCHI-KOMI</b> : Contenu épreuve : 2x1'30 sur 2 techniques différentes minimum <b>NAGE-KOMI</b> : Contenu épreuve : 2x1'30 sur 2 techniques différentes minimum (Les temps sont indicatifs et fixent la durée maximum de chaque exercice)	<b>EXERCICES D'APPLICATION À RÉALISER</b> 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 – 2E

Ordre de passage :

## 2<sup>e</sup> DAN - UV2 (dominante technique)

NOM :

Date de naissance :

Prénom :

N° de licence :

Ligue :

### DÉMONSTRATION AU CHOIX DU CANDIDAT

Contenu à réaliser : démonstration d'une technique en nage-waza, d'une technique en ne-waza et d'une technique de défense au choix du candidat (durée 5' max).

### TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>TE-WAZA</u>	<u>SUTEMI-WAZA</u>
- sumi-otoshi <input type="checkbox"/>	- yoko-gake <input type="checkbox"/>

### TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>IMMOBILISATIONS</u> <u>OSAEKOMI-WAZA</u>	<u>ÉTRANGLEMENT</u> <u>SHIME-WAZA</u>
- kuzure-tate-shiho-gatame <input type="checkbox"/>	- morote-jime <input type="checkbox"/>

### TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C des 20 prédéfinies A2 = ERI DORI C2 = SHUDAN GIAKU TSUKI	Défenses : 1 réponse libre à chaque situation d'agression : - Saisie croisée du revers - Coup de poing direct
---	---

<b>UCHI-KOMI</b> : Contenu épreuve : 2x1'30 sur 2 techniques différentes minimum <b>NAGE-KOMI</b> : Contenu épreuve : 2x1'30 sur 2 techniques différentes minimum (Les temps sont indicatifs et fixent la durée maximum de chaque exercice)	<b>EXERCICES D'APPLICATION À RÉALISER</b> 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 – 2F

Ordre de passage :

## 2<sup>e</sup> DAN - UV2 (dominante technique)

NOM :

Date de naissance :

Prénom :

N° de licence :

Ligue :

### DÉMONSTRATION AU CHOIX DU CANDIDAT

Contenu à réaliser : démonstration d'une technique en nage-waza, d'une technique en ne-waza et d'une technique de défense au choix du candidat (durée 5' max).

### TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>TE-WAZA</u>	<u>SUTEMI-WAZA</u>
- kuchiki-daoshi <input type="checkbox"/>	- uki-waza <input type="checkbox"/>

### TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>IMMOBILISATIONS</u> <u>OSAEKOMI-WAZA</u>	<u>ÉTRANGLEMENT</u> <u>SHIME-WAZA</u>
- ushiro-gesa-gatame <input type="checkbox"/>	- sode-guruma-jime <input type="checkbox"/>

### TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C des 20 prédéfinies B2 = YOKO DORI C4 = SHUDAN MAE GERI KEKOMI	Défenses : 1 réponse libre à chaque situation d'agression : - Saisie de côté en ceinturant les bras - Coup de pied direct de face
--	---

<b>UCHI-KOMI</b> : Contenu épreuve : 2x1'30 sur 2 techniques différentes minimum <b>NAGE-KOMI</b> : Contenu épreuve : 2x1'30 sur 2 techniques différentes minimum (Les temps sont indicatifs et fixent la durée maximum de chaque exercice)	<b>EXERCICES D'APPLICATION À RÉALISER</b> 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

## 2<sup>e</sup> DAN - UV2 (dominante technique)

NOM :

Date de naissance :

Prénom :

N° de licence :

Ligue :

### DÉMONSTRATION AU CHOIX DU CANDIDAT

Contenu à réaliser : démonstration d'une technique en nage-waza, d'une technique en ne-waza et d'une technique de défense au choix du candidat (durée 5' max).

### TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>ASHI-WAZA</u>	<u>SUTEMI-WAZA</u>
- tsubame-gaeshi <input type="checkbox"/>	- tani-otoshi <input type="checkbox"/>

### TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>IMMOBILISATIONS</u> <u>OSAEKOMI-WAZA</u>	<u>ÉTRANGLEMENT</u> <u>SHIME-WAZA</u>
- makura-gesa-gatame <input type="checkbox"/>	- kata-ha-jime <input type="checkbox"/>

### TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C des 20 prédéfinies A3 = MAE DORI KUBI B5 = HADAKA JIME	Défenses : 1 réponse libre à chaque situation d'agression : - Saisie à 2 mains de face au cou - Etranglement par l'arrière
---	--

<b>UCHI-KOMI</b> : Contenu épreuve : 2x1'30 sur 2 techniques différentes minimum <b>NAGE-KOMI</b> : Contenu épreuve : 2x1'30 sur 2 techniques différentes minimum (Les temps sont indicatifs et fixent la durée maximum de chaque exercice)	<b>EXERCICES D'APPLICATION À RÉALISER</b> 1 KAKARI-GEIKO de 2' max (« Tori propose des enchaînements 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 – 2H

Ordre de passage :

## 2<sup>e</sup> DAN - UV2 (dominante technique)

NOM :

Date de naissance :

Prénom :

N° de licence :

Ligue :

### DÉMONSTRATION AU CHOIX DU CANDIDAT

Contenu à réaliser : démonstration d'une technique en nage-waza, d'une technique en ne-waza et d'une technique de défense au choix du candidat (durée 5' max).

### TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>KOSHI-WAZA</u>	<u>TE-WAZA</u>
- tsuri-goshi <input type="checkbox"/>	- morote-gari <input type="checkbox"/>

### TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>IMMOBILISATIONS</u> <u>OSAEKOMI-WAZA</u>	<u>ÉTRANGLEMENT</u> <u>SHIME-WAZA</u>
- tate-shiho-gatame <input type="checkbox"/>	- okuri-eri-jime <input type="checkbox"/>

### 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 : - Saisie de la manche de côté - Saisie de face en ceinturant sous les bras
---	--

<b>UCHI-KOMI</b> : Contenu épreuve : 2x1'30 sur 2 techniques différentes minimum <b>NAGE-KOMI</b> : Contenu épreuve : 2x1'30 sur 2 techniques différentes minimum <i>(Les temps sont indicatifs et fixent la durée maximum de chaque exercice)</i>	<b>EXERCICES D'APPLICATION À RÉALISER</b> 1 KAKARI-GEIKO de 2' max (« Tori propose des enchaînements 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 – 2I

Ordre de passage :

## 2<sup>e</sup> DAN - UV2 (dominante technique)

NOM :

Date de naissance :

Prénom :

N° de licence :

Ligue :

### DÉMONSTRATION AU CHOIX DU CANDIDAT

Contenu à réaliser : démonstration d'une technique en nage-waza, d'une technique en ne-waza et d'une technique de défense au choix du candidat (durée 5' max).

### TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

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

### TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

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

### TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C des 20 prédéfinies A5 = YOKO SODE DORI B2= YOKO DORI	Défenses : 1 réponse libre à chaque situation d'agression : - Saisie de la manche de côté - Saisie de côté en ceinturant les bras
---	---

<b>UCHI-KOMI</b> : Contenu épreuve : 2x1'30 sur 2 techniques différentes minimum <b>NAGE-KOMI</b> : Contenu épreuve : 2x1'30 sur 2 techniques différentes minimum (Les temps sont indicatifs et fixent la durée maximum de chaque exercice)	<b>EXERCICES D'APPLICATION À RÉALISER</b>  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

## 2<sup>e</sup> DAN - UV2 (dominante technique)

NOM :

Date de naissance :

Prénom :

N° de licence :

Ligue :

### DÉMONSTRATION AU CHOIX DU CANDIDAT

Contenu à réaliser : démonstration d'une technique en nage-waza, d'une technique en ne-waza et d'une technique de défense au choix du candidat (durée 5' max).

### TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>KOSHI-WAZA</u>	<u>SUTEMI-WAZA</u>
- ushiro-goshi <input type="checkbox"/>	-ko-uchi-makikomi <input type="checkbox"/>

### TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>ÉTRANGLEMENT</u> <u>SHIME-WAZA</u>	<u>CLÉS AUX COUDES</u> <u>KANSETSU-WAZA</u>
- kata-te-jime <input type="checkbox"/>	- ude-hishigi-ude-gatame <input type="checkbox"/>

### TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C des 20 prédéfinies B3 = YOKO DORI C5= SHUDAN MAWAISHI GERI	Défenses : 1 réponse libre à chaque situation d'agression : - Saisie de côté au cou - Coup de pied circulaire
---	---

<b>UCHI-KOMI</b> : Contenu épreuve : 2x1'30 sur 2 techniques différentes minimum <b>NAGE-KOMI</b> : Contenu épreuve : 2x1'30 sur 2 techniques différentes minimum (Les temps sont indicatifs et fixent la durée maximum de chaque exercice)	<b>EXERCICES D'APPLICATION À RÉALISER</b>  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

## 2<sup>e</sup> DAN - UV2 (dominante technique)

NOM :

Date de naissance :

Prénom :

N° de licence :

Ligue :

### DÉMONSTRATION AU CHOIX DU CANDIDAT

Contenu à réaliser : démonstration d'une technique en nage-waza, d'une technique en ne-waza et d'une technique de défense au choix du candidat (durée 5' max).

### TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

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

### TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

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

### TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C des 20 prédéfinies B1 = MAE DORI C4= SHUDAN MAE GERI KEKOMI	Défenses : 1 réponse libre à chaque situation d'agression : - Saisie de face en ceinturant sous les bras - Coup de pied direct de face
--	--

<b>UCHI-KOMI</b> : Contenu épreuve : 2x1'30 sur 2 techniques différentes minimum <b>NAGE-KOMI</b> : Contenu épreuve : 2x1'30 sur 2 techniques différentes minimum (Les temps sont indicatifs et fixent la durée maximum de chaque exercice)	<b>EXERCICES D'APPLICATION À RÉALISER</b>  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

## 2<sup>e</sup> DAN - UV2 (dominante technique)

NOM :

Date de naissance :

Prénom :

N° de licence :

Ligue :

### DÉMONSTRATION AU CHOIX DU CANDIDAT

Contenu à réaliser : démonstration d'une technique en nage-waza, d'une technique en ne-waza et d'une technique de défense au choix du candidat (durée 5' max).

### TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

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

### TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

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

### TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C des 20 prédéfinies B3 = YOKO DORI C1= JODAN OIE TSUKI	Défenses : 1 réponse libre à chaque situation d'agression : - Saisie de côté au cou - Coup de poing direct haut
--	---

<b>UCHI-KOMI</b> : Contenu épreuve : 2x1'30 sur 2 techniques différentes minimum <b>NAGE-KOMI</b> : Contenu épreuve : 2x1'30 sur 2 techniques différentes minimum (Les temps sont indicatifs et fixent la durée maximum de chaque exercice)	<b>EXERCICES D'APPLICATION À RÉALISER</b>  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 - 2M

Ordre de passage :

## 2<sup>e</sup> DAN - UV2 (dominante technique)

NOM :

Date de naissance :

Prénom :

N° de licence :

Ligue :

### DÉMONSTRATION AU CHOIX DU CANDIDAT

Contenu à réaliser : démonstration d'une technique en nage-waza, d'une technique en ne-waza et d'une technique de défense au choix du candidat (durée 5' max).

### TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>KOSHI-WAZA</u>	<u>ASHI-WAZA</u>
- hane-goshi <input type="checkbox"/>	-o-soto-guruma <input type="checkbox"/>

### TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

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

### TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C des 20 prédéfinies B4 = MAE DORI C1= JODAN OIE TSUKI	Défenses : 1 réponse libre à chaque situation d'agression : - Saisie de face au cou - Coup de poing direct haut
---	---

<b>UCHI-KOMI</b> : Contenu épreuve : 2x1'30 sur 2 techniques différentes minimum <b>NAGE-KOMI</b> : Contenu épreuve : 2x1'30 sur 2 techniques différentes minimum (Les temps sont indicatifs et fixent la durée maximum de chaque exercice)	<b>EXERCICES D'APPLICATION À RÉALISER</b>  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 – 2N

Ordre de passage :

## 2<sup>e</sup> DAN - UV2 (dominante technique)

NOM :

Date de naissance :

Prénom :

N° de licence :

Ligue :

### DÉMONSTRATION AU CHOIX DU CANDIDAT

Contenu à réaliser : démonstration d'une technique en nage-waza, d'une technique en ne-waza et d'une technique de défense au choix du candidat (durée 5' max).

### TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>KOSHI-WAZA</u>	<u>TE-WAZA</u>
- hane-goshi <input type="checkbox"/>	-sumi-otoshi <input type="checkbox"/>

### TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

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

### TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C des 20 prédéfinies B4 = MAE DORI C5= SHUDAN MAWAISHI GERI	Défenses : 1 réponse libre à chaque situation d'agression : - Saisie de face au cou - Coup de pied circulaire
--	---

<b>UCHI-KOMI</b> : Contenu épreuve : 2x1'30 sur 2 techniques différentes minimum <b>NAGE-KOMI</b> : Contenu épreuve : 2x1'30 sur 2 techniques différentes minimum (Les temps sont indicatifs et fixent la durée maximum de chaque exercice)	<b>EXERCICES D'APPLICATION À RÉALISER</b>  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 – 20

Ordre de passage :

## 2<sup>e</sup> DAN - UV2 (dominante technique)

NOM :

Date de naissance :

Prénom :

N° de licence :

Ligue :

### DÉMONSTRATION AU CHOIX DU CANDIDAT

Contenu à réaliser : démonstration d'une technique en nage-waza, d'une technique en ne-waza et d'une technique de défense au choix du candidat (durée 5' max).

### TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>KOSHI-WAZA</u>	<u>TE-WAZA</u>
- utsuri-goshi <input type="checkbox"/>	-kata-guruma <input type="checkbox"/>

### TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>ÉTRANGLEMENT SHIME-WAZA</u>	<u>CLÉS AUX COUDES KANSETSU-WAZA</u>
- Nami-juji-jime <input type="checkbox"/>	- ude-garami <input type="checkbox"/>

### TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C des 20 prédéfinies A4 = YOKO DORI KUBI C3= JODAN NANAME SHUTO	Défenses : 1 réponse libre à chaque situation d'agression : - Saisie à 2 mains de côté au cou - Attaque en oblique avec le tranchant de la main
--	---

<b>UCHI-KOMI</b> : Contenu épreuve : 2x1'30 sur 2 techniques différentes minimum <b>NAGE-KOMI</b> : Contenu épreuve : 2x1'30 sur 2 techniques différentes minimum <i>(Les temps sont indicatifs et fixent la durée maximum de chaque exercice)</i>	<b>EXERCICES D'APPLICATION À RÉALISER</b>  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 :