



# FEUILLE D'ÉVALUATION

Code fiche : FEDC-1E

Ordre de passage :

## 1<sup>er</sup> DAN - UV2 (dominante compétition)

Rappel réglementaire :

- 1 méconnaissance par domaine est admise.

NOM :  
Prénom :  
Ligue :

Date de naissance :  
N° de licence :

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

<u>KOSHI-WAZA</u>	<u>TE-WAZA</u>	<u>ASHI-WAZA</u>	<u>SUTEMI-WAZA</u>
- Harai-goshi <input type="checkbox"/>	- Ippon-seoi-nage <input type="checkbox"/> - Kata-guruma <input type="checkbox"/>	- O-uchi-gari <input type="checkbox"/> - O-soto-gari <input type="checkbox"/>	- Yoko-guruma <input type="checkbox"/>

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

<u>IMMOBILISATIONS OSAEKOMI-WAZA</u>	<u>ÉTRANGLEMENTS SHIME-WAZA</u>	<u>CLÉS AUX COUDES KANSETSU-WAZA</u>
- Kami-shiho-gatame <input type="checkbox"/> - Tate-shiho-gatame <input type="checkbox"/>	- Nami-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 A1 = KATATE DORI B4 = MAE DORI	Défenses : 1 réponse libre à chaque situation d'agression
--	--

⇒ Cadre réservé au responsable de CORG :

ÉPREUVE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE :

OUI :

NON :

Signature de chaque juge :

Signature et cachet du CORG :

## PROGRAMME TECHNIQUE A REALISER (APPLICATION DES TEXTES OFFICIELS)



Hane-goshi



Ippon-seoi-nage



Kata-guruma



O-uchi-gari



O-soto-gari



Yoko-guruma



Kami Shiho Gatame



Tate Shiho Gatame



Nami-juji-jime



Ude-ishigi-juji-gatame



**1. KATATE DORI**

Seisisie du poignet à 2 mains



**4. MAE DORI**

Seisisie de face au cou