

# FEUILLE D'ÉVALUATION

Code fiche : FEDC - 3A

Ordre de passage:

## 3e DAN - UV2 (dominante compétition)

<b>NOM:</b>	<b>Date de naissance :</b>
<b>Prénom:</b>	<b>N° de licence :</b>
<b>Ligue:</b>	

### 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)

<u>TE-WAZA</u>	<u>SUTEMI-WAZA</u>
- sukui-nage <span style="float: right; color: red;">D</span>	- da ki-wakare <span style="float: right; color: red;">D</span>

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

<u>SHIME-WAZA</u>	<u>CLÉS AUX COUDES KANSETSU-WAZA</u>
- morote-jime <span style="float: right; color: red;">D</span>	- ude-hishigi-hara-gatame <span style="float: right; color: red;">□</span>

#### TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C et D des 20 prédéfinies  <b>C1 = JODAN OIETSUKI</b> <b>D4 = KIRI KOMI</b>	Défenses: 1 réponse libre à chaque situation d'agression : - Coup de poing direct haut - Attaque de haut en bas (arme)
---	---

c::> cadre réservé au responsable de CORG :

<b>ÉPREUVE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE :</b>	<b>OUI:</b> <input type="checkbox"/>	<b>NON:</b> <input type="checkbox"/>
<u>Signature de chaque juge :</u>		
<u>Signature et cachet du CORG :</u>		

## 3° DAN - UV2 (dominante compétition)

<b>NOM:</b> <b>Prénom:</b> <b>Ligue:</b>	<b>Date de naissance :</b> <b>N° de licence :</b>
--	--

### 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)

<u>KOSHI-WAZA</u>	<u>SUTEMI-WAZA</u>
- han e-goshi      0	-yoko-otoshi      0

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

<u>OSAEKOMI-WAZA</u>	<u>CLÉSAUX COUDES KANSETSU-WAZA</u>
- makura-gesa-gatame      0	- ude-hishigi-ashi-gatame      0

#### TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et Cet D des 20 prédéfinies  C4 = SHUDAN MAE GERIKEKOMI D2 = SHUDAN TSUKKOMI	Défenses: 1 réponse libre à chaque situation d'agression : - Coup de Pied direct de face - Piqué de face (arme)
---	--

◆ **Cadre réservé au responsable de CORG :**

<b>ÉPREUVE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE :</b>	<b>OUI:</b> <input type="checkbox"/>	<b>NON:</b> <input type="checkbox"/>
<u>Signature de chaque juge :</u>		
<u>Signature et cachet du CORG :</u>		

# FEUILLE D'EVALUATION

## 3e DAN - UV2 (dominante compétition)

<b>NOM:</b> <b>Prénom:</b> <b>Ligue:</b>	<b>Date de naissance :</b> <b>N° de licence :</b>
--	--

### 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

<u>TE-WAZA</u>	<u>SUTEMI-WAZA</u>
- yama-arashi <span style="color: red;">D</span>	-yoko-otoshi <span style="color: red;">□</span>

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

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

<u>ÉTRANGLEMENTS : SHIME-WAZA</u>	<u>CLÉS AUX COUDES : KANSETSU-WAZA</u>
- morote-jime <span style="color: red;">□</span>	- ude-hishigi-hiza-gatame <span style="color: red;">□</span>

### TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C et D des 20 prédéfinies  <b>CI= JODAN OIE TSUKI</b> <b>D1 = NANAME TSUKI</b>	Défenses: 1 réponse libre à chaque situation d'agression : - Coup de poing direct haut - Piqué de haut en bas (arme)
--	---

c::> **Cadre réservé au responsable de CORG :**

<b>ÉPREUVE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE :</b>	<b>OUI: <input type="checkbox"/></b>	<b>NON: <input type="checkbox"/></b>
<u>Signature de chaque juge :</u>		
<u>Signature et cachet du CORG :</u>		

# FEUILLE D'EVALUATION

## 3° DAN - UV2 {dominante compétition}

<b>NOM:</b> <b>Prénom:</b> <b>Ligue:</b>	<b>Date de naissance :</b> <b>N° de licence :</b>
--	--

### 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)

<b><u>AHSI-WAZA</u></b> - o-soto-gaesh i <input type="checkbox"/>	<b><u>SUTEMI-WAZA</u></b> -yoko-wakare <input type="checkbox"/>
--	--

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

<b><u>ÉTRANGLEMENTS : SHIME-WAZA</u></b> - morote-jime <input type="checkbox"/>	<b><u>CLÉS AUX COUDES: KANSETSU-WAZA</u></b> - ude-hishigi-sankaku-gatame <input type="checkbox"/>
--	---

#### 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)
---	---

◆ **Cadre réservé au responsable de CORG :**

<b>ÉPREUVE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE :</b>	<b>OUI: <input type="checkbox"/></b>	<b>NON: <input type="checkbox"/></b>
<u>Signature de chaque juge :</u>		
<u>Signature et cachet du CORG:</u>		

# FEUILLE D'ÉVALUATION

## 3° DAN - UV2 (dominante compétition)

<b>NOM:</b>	<b>Date de naissance :</b>
<b>Prénom:</b>	<b>N° de licence :</b>
<b>Ligue:</b>	

### 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)

<b><u>AHSI-WAZA</u></b>	<b><u>SUTEMI-WAZA</u></b>
- o-soto-gari <span style="float: right;"><input type="checkbox"/></span>	-yoko-otoshi <span style="float: right;"><input type="checkbox"/></span>

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

<b><u>ÉTRANGLEMENTS : SHIME-WAZA</u></b>	<b><u>CLÉS AUX COUDES: KANSETSU-WAZA</u></b>
- ryo-te-jime <span style="float: right;"><input type="checkbox"/></span>	- ude-hishigi-waki-gatame <span style="float: right;"><input type="checkbox"/></span>

#### TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et Cet 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)
--	--

<b>UCHI-KOMI</b> : Contenu épreuve : 3x1' sur 3 techniques différentes minimum <b>NAGE-KOMI</b> : Contenu épreuve : 2x1' sur 2 techniques différentes minimum <i>(Lestemps 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 :

<b>ÉPREUVE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE :</b>  <u>Signature de chaque juge:</u>   <u>Signature et cachet du CORG :</u>	<b>OUI: <input type="checkbox"/></b> <span style="float: right;"><b>NON: <input type="checkbox"/></b></span>
--	--

# FEUILLE D'EVALUATION

## 3e DAN - UV2 (dominante compétition)

<b>NOM:</b> <b>Prénom:</b> <b>Ligue:</b>	<b>Date de naissance :</b> <b>N° de licence :</b>
--	--

### 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)

<b><u>TE-WAZA</u></b> - kuchiki-daoshi <input type="checkbox"/>	<b><u>ASHI-WAZA</u></b> - harai-tsurikomi-ashi <input type="checkbox"/>
--	--

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

<b><u>ÉTRANGLEMENTIS : SHIME-WAZA</u></b> - kata-ha-jime <input type="checkbox"/>	<b><u>CLÉS AUX COUDES : KANSETSU-WAZA</u></b> - ude-hishigi-hiza-gatame <input type="checkbox"/>
--	---

#### TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C et D des 20 prédéfinies  A3 = MAE DORI KUBI 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)
---	---

c? **Cadre réservé au responsable de CORG :**

<b>ÉPREUVE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE :</b>	<b>OUI :</b> <input type="checkbox"/>	<b>NON :</b> <input type="checkbox"/>
<b><u>Signature de chaque juge :</u></b>  <b><u>Signature et cachet du CORG :</u></b>		

# FEUILLE D'ÉVALUATION

## 3e DAN - UV2 (dominante compétition)

<b>NOM:</b> <b>Prénom:</b> <b>Ligue:</b>	<b>Date de naissance :</b> <b>N° de licence :</b>
--	--

### 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)

<b><u>TE-WAZA</u></b> - seoi-otoshi <span style="float: right;"><input type="checkbox"/></span>	<b><u>ASHI-WAZA</u></b> - o-soto-guruma <span style="float: right;"><input type="checkbox"/></span>
--	--

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

<b><u>ÉTRANGLEMENTS : SHIME-WAZA</u></b> - gyaku-juji-jime <span style="float: right;"><input type="checkbox"/></span>	<b><u>CLÉS AUX COUDES : KANSETSU-WAZA</u></b> - ude-hishigi-waki-gatame <span style="float: right;"><input type="checkbox"/></span>
---	--

#### TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO - JUJITSU)

Séries A, B et C et D des 20 prédéfinies  A2 = ERI DORI D2= SHUDAN TSUKKOMI	Défenses: 1 réponse libre à chaque situation d'agression : - Saisie croisée du revers Piqué de face (arme)
--	---

◆ cadre réservé au responsable de CORG :

<b>ÉPREUVE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE :</b>	<b>OUI: <input type="checkbox"/></b>	<b>NON: <input type="checkbox"/></b>
<u>Signature de chaque juge :</u>		
<u>Signature et cachet du CORG :</u>		

# FEUILLE D'ÉVALUATION

## 3° DAN - UV2 (dominante compétition)

<b>NOM:</b> <b>Prénom:</b> <b>Ligue:</b>	<b>Date de naissance :</b> <b>N° de licence :</b>
--	--

### 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)

<u>TE-WAZA</u> - yama-arashi <input type="checkbox"/>	<u>ASHI-WAZA</u> - o-soto-otoshi <input type="checkbox"/>
--	--

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

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

#### TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C et D des 20 prédéfinies  82 = 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)
---	--

c::> **Cadre réservé au responsable de CORG :**

<b>ÉPREUVE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE :</b>	<b>OUI:</b> <input type="checkbox"/>	<b>NON:</b> <input type="checkbox"/>
<u>Signature de chaque juge:</u>		
<u>Signature et cachet du CORG :</u>		



# FEUILLE D'EVALUATION

## 3e DAN - UV2 (dominante compétition)

<b>NOM:</b>	<b>Date de naissance :</b>
<b>Prénom:</b>	<b>N° de licence :</b>
<b>Ligue:</b>	

### 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, coupset armes.

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

<b><u>KOSHI-WAZA</u></b>	<b><u>ASHI-WAZA</u></b>
- tsuri-goshi <span style="float: right;"><input type="checkbox"/></span>	- ko-soto-gake <span style="float: right;"><input type="checkbox"/></span>

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

<b><u>IMMOBILISATIONS : OSAEKOMI-WAZA</u></b>	<b><u>CLÉS AUX COUDES : KANSETSU-WAZA</u></b>
- kata-gatame <span style="float: right;"><input type="checkbox"/></span>	- ude-garami <span style="float: right;"><input type="checkbox"/></span>

### TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C et D des 20 prédéfinies  A4=YOKODORI KUBI D4= KIRI KOMI	Défenses : 1 réponse libre à chaque situation d'agression : - Saisie à 2 mains de côté au vou - Attaque de haut en bas (arme)
---	--

◆ Csdre réservé au responsable de CORG :

<b>ÉPREUVE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE :</b>	<b>OUI :</b> <input type="checkbox"/>	<b>NON :</b> <input type="checkbox"/>
<u>Signature de chaque juge :</u>		
<u>Signature et cachet du CORG :</u>		

# FEUILLE D'ÉVALUATION

## 3e DAN - UV2 {dominante compétition}

<b>NOM:</b> <b>Prénom:</b> <b>Ligue:</b>	<b>Date de naissance :</b> <b>N° de licence :</b>
--	--

### 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)

<u><b>KOSHI-WAZA</b></u> - uchi-mata <span style="float: right;"><input type="checkbox"/></span>	<u><b>ASHI-WAZA</b></u> - Sumi-otoshi <span style="float: right;"><input type="checkbox"/></span>
---	--

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

<u><b>IMMOBILISATIONS : OSAEKOMI-WAZA</b></u> - kuzure-kami-shiho-gatame <span style="float: right;"><input type="checkbox"/></span>	<u><b>CLÉS AUX COUDES : KANSETSU-WAZA</b></u> - ude-hishigi-ashi-gatame <span style="float: right;"><input type="checkbox"/></span>
---	--

#### TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C et D des 20 prédéfinies  C2= SHUDANGYAKUTSUKI D5= YOKO UCHI	Défenses: 1 réponse libre à chaque situation d'agression : - Coup de poing direct au plexus - Attaque oblique à la tête (arme)
---	---

◆ Gadre réservée responsable de CORG :

<b>ÉPREUVE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE :</b>	<b>OUI :</b> <input type="checkbox"/>	<b>NON :</b> <input type="checkbox"/>
<u>Signature de chaque juge :</u>		
<u>Signature et cachet du CORG :</u>		

## 3e DAN - UV2 (dominante compétition)

<b>NOM:</b> <b>Prénom:</b> <b>Ligue:</b>	<b>Date de naissance :</b> <b>N° de licence :</b>
--	--

### 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)

<b><u>ASHI-WAZA</u></b> - tsubame-gaeshi      0	<b><u>SUTEMI-WAZA</u></b> - yoko-tomoe-nage      0
--	---

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

<b><u>ÉTRANGLEMENTS : SHIME-WAZA</u></b> - sode-guruma-jime      0	<b><u>CLÉS AUX COUDES : KANSETSU-WAZA</u></b> - ude-hishigi-ude-gatame      0
---	--

#### 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)
---	---

====> Cadre réservé au responsable de CORG :

<b>ÉPREUVE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE :</b>	<b>OUI:</b> <input type="checkbox"/>	<b>NON:</b> <input type="checkbox"/>
<u>Signature de chaque juge:</u>		
<u>Signature et cachet du CORG :</u>		

# FEUILLE D'EVALUATION

## 3e DAN - UV2 (dominante compétition)

<b>NOM:</b> <b>Prénom:</b> <b>Ligue:</b>	<b>Date de naissance :</b> <b>N° de licence :</b>
--	--

### 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)

<b><u>ASHI-WAZA</u></b>	<b><u>SUTEMI-WAZA</u></b>
- o-uchi-gari <span style="float: right;"><input type="checkbox"/></span>	- soto-makikomi <span style="float: right;"><input type="checkbox"/></span>

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

<b><u>ÉTRANGLEMENTS : SHIME-WAZA</u></b>	<b><u>CLÉS AUX COUDES : KANSETSU-WAZA</u></b>
- kata-juji-jime <span style="float: right;"><input type="checkbox"/></span>	- ude-hishigi-hara-gatame <span style="float: right;"><input type="checkbox"/></span>

#### TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C et D des 20 prédéfinies	Défenses:
B5 = HADAKAJIME Ci= JODA OIE TSUKI	1 réponse libre à chaque situation d'agression : Etranglement par l'arrière Coup de poing direct haut

◆ **Cadre réservé au responsable de CORG :**

<b>ÉPREUVE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE :</b>	OUI : <input type="checkbox"/>	NON: <input type="checkbox"/>
<u>Signature de chaque juge:</u>		
<u>Signature et cachet du CORG :</u>		

# FEUILLE D'ÉVALUATION

## 3e DAN - UV2 (dominante compétition)

<b>NOM:</b> <b>Prénom:</b> <b>Ligue:</b>	<b>Date de naissance:</b> <b>N° de licence :</b>
--	---

### 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)

<b><u>KOSHI-WAZA</u></b> - hane-goshi <span style="float: right;"><input type="checkbox"/></span>	<b><u>TE-WAZA</u></b> - kibisu-gaeshi <span style="float: right;"><input type="checkbox"/></span>
--	--

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

<b><u>ÉTRANGLEMENTS: SHIME-WAZA</u></b> - nami-juji-jime <span style="float: right;"><input type="checkbox"/></span>	<b><u>CLÉS AUX COUDES: KANSETSU-WAZA</u></b> - ude-garami <span style="float: right;"><input type="checkbox"/></span>
---	--

#### TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C et D des 20 prédéfinies  85 = HADAKAJIME D3= NANAME UCHI	Défenses: 1 réponse libre à chaque situation d'agression : - Etranglement par l'arrière - Piqué de biais en revers (arme)
--	--

❖ cadre réservé au responsable de CORG :

<b>ÉPREUVE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE:</b>	<b>OUI:</b> <input type="checkbox"/>	<b>NON:</b> <input type="checkbox"/>
<u>Signature de chaque juge :</u>		
<u>Signature et cachet du CORG :</u>		

# FEUILLE D'ÉVALUATION

## 3° DAN - UV2 (dominante compétition)

<b>NOM:</b> <b>Prénom:</b> <b>Ligue:</b>	<b>Date de naissance:</b> <b>N° de licence :</b>
--	---

### 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)

<b><u>KOSHI-WAZA</u></b> - tsurikomi-goshi <span style="float: right; color: red;">D</span>	<b><u>SUTEMI-WAZA</u></b> - Yoko-gake <span style="float: right; color: red;">□</span>
--	---

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

<b><u>OSAEKOMI-WAZA: IMMOBILISATIONS</u></b> - makura-gesa-gatame <span style="float: right; color: red;">□</span>	<b><u>CLÉS AUX COUDES: KANSETSU-WAZA</u></b> - ude-ghishigi-waki-gatame <span style="float: right; color: red;">□</span>
---	---

### TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJRSU)

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)
---	---

### ◆ Cadre réservé au responsable de CORG :

<b>ÉPREUVE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE :</b>	<b>OUI: □</b>	<b>NON: □</b>
<u>Signature de chaque juge :</u>		
<u>Signature et cachet du CORG :</u>		

# FEUILLE D'ÉVALUATION

## 3e DAN - UV2 (dominante compétition)

<b>NOM :</b> <b>Prénom:</b> <b>Ligue :</b>	<b>Date de naissance :</b> <b>N° de licence :</b>
--	--

### 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)

<u>KOSHI-WAZA</u>	<u>SUTEMI-WAZA</u>
- utsuri-goshi <span style="float: right; color: red;">D</span>	- uki-waza <span style="float: right; color: red;">D</span>

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

<u>OSAEKOMI-WAZA: IMMOBILISATIONS</u>	<u>CLÉS AUX COUDES : KANSETSU-WAZA</u>
- tate-shiho-gatame <span style="float: right; color: red;">□</span>	- ude-ghishigi-hiza-gatame <span style="float: right; color: red;">D</span>

#### 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)
---	---

☞ **Cadre réservé au responsable de CORG :**

<b>ÉPREUVE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE :</b>	<b>OUI: <input type="checkbox"/></b>	<b>NON: <input type="checkbox"/></b>
<u>Signature de chaque juge :</u>		
<u>Signature et cachet du CORG :</u>		