

FEUILLE D'EVALUATION CORG BRETAGNE

1^{er} DAN – UV2

Rappel réglementaire : 1 méconnaissance par secteur est admise.

Code fiche **1 A**

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

KOSHI-WAZA	TE-WAZA	ASHI-WAZA	SUTEMI-WAZA
Haraï-goshi	Morote-seoï-nage	De-ashi-barai	Tomoe-nage
Koshi-guruma		O-soto-gari	

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

OSAEKOMI-WAZA	SHIME-WAZA	KANSETSU-WAZA
Hon-gesa-gatame	Gyaku-juji-jime	Ude-hishigi-juji-gatame
Kami-shiho-gatame		

FEUILLE D'EVALUATION CORG BRETAGNE

1^{er} DAN – UV2

Rappel réglementaire : 1 méconnaissance par secteur est admise.

Code fiche **1 B**

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

KOSHI-WAZA	TE-WAZA	ASHI-WAZA	SUTEMI-WAZA
Kubi-nage	Kata-guruma	Hiza-guruma	Sumi-gaeshi
O-goshi		Ko-uchi-gari	

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

OSAEKOMI-WAZA	SHIME-WAZA	KANSETSU-WAZA
Yoko-shiho-gatame	Hadaka-jime	Ude-hishigi-ude-gatame
	Kata-juji-jime	

FEUILLE D'EVALUATION CORG BRETAGNE

1^{er} DAN – UV2

Rappel réglementaire : 1 méconnaissance par secteur est admise.

Code fiche 1 C

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

KOSHI-WAZA	TE-WAZA	ASHI-WAZA	SUTEMI-WAZA
Tsuri-komi-goshi	Tai-otoshi	Ko-soto-gari	Sumi-gaeshi
	Ippon-seoï-nage	Okuri-ashi-baraï	

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

OSAEKOMI-WAZA	SHIME-WAZA	KANSETSU-WAZA
Tate-shiho-gatame	Nami-juji-jime	Ude-garami
Ushiro-gesa-gatame		

FEUILLE D'ÉVALUATION CORG BRETAGNE

1^{er} DAN – UV2

Rappel réglementaire : 1 méconnaissance par secteur est admise.

Code fiche **1 D**

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

KOSHI-WAZA	TE-WAZA	ASHI-WAZA	SUTEMI-WAZA
Uchi-mata	Uki-otoshi	Sasae-tsuri-komi-ashi	Tomoe-nage
	Morote-seoi-nage	O-uchi-gari	

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

OSAEKOMI-WAZA	SHIME-WAZA	KANSETSU-WAZA
Kami-shiho-gatame	Okuri-eri-jime	Ude-hishigi-juji-gatame
Ushiro-gesa-gatame		