

FEUILLE D'ÉVALUATION CORG BRETAGNE

3ème DAN – UV2 (dominante compétition)

Code fiche **DC3 A**

DEMONSTRATION AU CHOIX DU CANDIDAT

Contenu à réaliser : démonstration de 3 techniques en nage-waza (3' minimum), 2 techniques en ne-waza (3' minimum) et des techniques de défense au choix du candidat sur saisies, coups et armes (1 minimum). Durée maximum : 9 minutes

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

| KOSHI-WAZA | SUTEMI-WAZA |
|--------------|-------------|
| Utsuri-goshi | Yoko-wakare |

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

| OSAEKOMI-WAZA | SHIME-WAZA |
|--------------------|-------------|
| Makura-gesa-gatame | Morote-jime |

TECHNIQUES DE DEFENSE (JUDO-JUJITSU)

Le candidat choisit 2 réponses libres et adaptées aux situations d'agression parmi la **série D** des attaques défenses imposées jujitsu (annexe 1).

FEUILLE D'ÉVALUATION CORG BRETAGNE

3ème DAN – UV2 (dominante compétition)

Code fiche **DC3 B**

DEMONSTRATION AU CHOIX DU CANDIDAT

Contenu à réaliser : démonstration de 3 techniques en nage-waza (3' minimum), 2 techniques en ne-waza (3' minimum) et des techniques de défense au choix du candidat sur saisies, coups et armes (1 minimum). Durée maximum : 9 minutes

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

| KOSHI-WAZA | SUTEMI-WAZA |
|--------------|-------------|
| Ushiro-goshi | Sumi-otoshi |

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

| OSAEKOMI-WAZA | SHIME-WAZA |
|---------------|------------|
| Kata-gatame | Ryote-jime |

TECHNIQUES DE DEFENSE (JUDO-JUJITSU)

Le candidat choisit 2 réponses libres et adaptées aux situations d'agression parmi la **série D** des attaques défenses imposées jujitsu (annexe 1).

FEUILLE D'ÉVALUATION CORG BRETAGNE

3ème DAN – UV2 (dominante compétition)

Code fiche **DC3 C**

DEMONSTRATION AU CHOIX DU CANDIDAT

Contenu à réaliser : démonstration de 3 techniques en nage-waza (3' minimum), 2 techniques en ne-waza (3' minimum) et des techniques de défense au choix du candidat sur saisies, coups et armes (1 minimum). Durée maximum : 9 minutes

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

| TE-WAZA | SUTEMI-WAZA |
|---------------|-----------------------|
| Kibisu-gaeshi | Haraï-maki-komi-goshi |

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

| KANSETSU-WAZA | SHIME-WAZA |
|-------------------------|---------------|
| Ude-hishigi-hara-gatame | Tsukkomi-jime |

JUJITSU ET DISCIPLINES ASSOCIÉES

TECHNIQUES DE DEFENSE (JUDO-JUJITSU)

Le candidat choisit 2 réponses libres et adaptées aux situations d'agression parmi la **série D** des attaques défenses imposées jujitsu (annexe 1).

FEUILLE D'ÉVALUATION CORG BRETAGNE

3ème DAN – UV2 (dominante compétition)

Code fiche **DC3 D**

DEMONSTRATION AU CHOIX DU CANDIDAT

Contenu à réaliser : démonstration de 3 techniques en nage-waza (3' minimum), 2 techniques en ne-waza (3' minimum) et des techniques de défense au choix du candidat sur saisies, coups et armes (1 minimum). Durée maximum : 9 minutes

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

| TE-WAZA | SUTEMI-WAZA |
|-------------------|---------------|
| Uchi-mata-sukashi | Tawara-gaeshi |

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

| KANSETSU-WAZA | SHIME-WAZA |
|----------------------------|------------------|
| Ude-hishigi-sankaku-gatame | Ashi-gatame-jime |

TECHNIQUES DE DEFENSE (JUDO-JUJITSU)

Le candidat choisit 2 réponses libres et adaptées aux situations d'agression parmi la **série D** des attaques défenses imposées jujitsu (annexe 1).

FEUILLE D'ÉVALUATION CORG BRETAGNE

3ème DAN – UV2 (dominante compétition)

Code fiche DC3 E

DEMONSTRATION AU CHOIX DU CANDIDAT

Contenu à réaliser : démonstration de 3 techniques en nage-waza (3' minimum), 2 techniques en ne-waza (3' minimum) et des techniques de défense au choix du candidat sur saisies, coups et armes (1 minimum). Durée maximum : 9 minutes

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

| TE-WAZA | SUTEMI-WAZA |
|------------|-------------|
| Sukui-nage | Yoko-otoshi |

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

| KANSETSU-WAZA | SHIME-WAZA |
|-------------------------|-------------|
| Ude-hishigi-ashi-gatame | Morote-jime |

TECHNIQUES DE DEFENSE (JUDO-JUJITSU)

Le candidat choisit 2 réponses libres et adaptées aux situations d'agression parmi la série D des attaques défenses imposées jujitsu (annexe 1).

FEUILLE D'ÉVALUATION CORG BRETAGNE

3ème DAN – UV2 (dominante compétition)

Code fiche **DC3 F**

DEMONSTRATION AU CHOIX DU CANDIDAT

Contenu à réaliser : démonstration de 3 techniques en nage-waza (3' minimum), 2 techniques en ne-waza (3' minimum) et des techniques de défense au choix du candidat sur saisies, coups et armes (1 minimum). Durée maximum : 9 minutes

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

| TE-WAZA | ASHI-WAZA |
|-------------|---------------|
| Yama-arashi | O-soto-gaeshi |

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

| OSAEKOMI-WAZA | KANSETSU-WAZA |
|---------------|-------------------------|
| Kata-gatame | Ude-hishigi-hara-gatame |

TECHNIQUES DE DEFENSE (JUDO-JUJITSU)

Le candidat choisit 2 réponses libres et adaptées aux situations d'agression parmi la **série D** des attaques défenses imposées jujitsu (annexe 1).

FEUILLE D'ÉVALUATION CORG BRETAGNE

3ème DAN – UV2 (dominante compétition)

Code fiche **DC3 G**

DEMONSTRATION AU CHOIX DU CANDIDAT

Contenu à réaliser : démonstration de 3 techniques en nage-waza (3' minimum), 2 techniques en ne-waza (3' minimum) et des techniques de défense au choix du candidat sur saisies, coups et armes (1 minimum). Durée maximum : 9 minutes

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

| TE-WAZA | ASHI-WAZA |
|-------------|---------------|
| Seoï-otoshi | Soto-makikomi |

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

| OSAEKOMI-WAZA | SHIME-WAZA |
|--------------------|---------------|
| Makura-gesa-gatame | Tsukkomi-jime |

JUJITSU ET DISCIPLINES ASSOCIÉES

TECHNIQUES DE DEFENSE (JUDO-JUJITSU)

Le candidat choisit 2 réponses libres et adaptées aux situations d'agression parmi la **série D** des attaques défenses imposées jujitsu (annexe 1).

FEUILLE D'ÉVALUATION CORG BRETAGNE

3ème DAN – UV2 (dominante compétition)

Code fiche **DC3 H**

DEMONSTRATION AU CHOIX DU CANDIDAT

Contenu à réaliser : démonstration de 3 techniques en nage-waza (3' minimum), 2 techniques en ne-waza (3' minimum) et des techniques de défense au choix du candidat sur saisies, coups et armes (1 minimum). Durée maximum : 9 minutes

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

| ASHI-WAZA | SUTEMI-WAZA |
|---------------|---------------|
| O-soto-guruma | Tawara-gaeshi |

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

| OSAEKOMI-WAZA | SHIME-WAZA |
|--------------------|-------------|
| Makura-gesa-gatame | Ryo-te-jime |

TECHNIQUES DE DEFENSE (JUDO-JUJITSU)

Le candidat choisit 2 réponses libres et adaptées aux situations d'agression parmi la **série D** des attaques défenses imposées jujitsu (annexe 1).

FEUILLE D'ÉVALUATION CORG BRETAGNE

3ème DAN – UV2 (dominante compétition)

Code fiche **DC3 I**

DEMONSTRATION AU CHOIX DU CANDIDAT

Contenu à réaliser : démonstration de 3 techniques en nage-waza (3' minimum), 2 techniques en ne-waza (3' minimum) et des techniques de défense au choix du candidat sur saisies, coups et armes (1 minimum). Durée maximum : 9 minutes

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

| KOSHI-WAZA | SUTEMI-WAZA |
|--------------|-------------|
| Ushiro-goshi | Daki-wakare |

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

| OSAEKOMI-WAZA | SHIME-WAZA |
|---------------|----------------------------|
| Kata-gatame | Ude-hishigi-sankaku-gatame |

TECHNIQUES DE DEFENSE (JUDO-JUJITSU)

Le candidat choisit 2 réponses libres et adaptées aux situations d'agression parmi la **série D** des attaques défenses imposées jujitsu (annexe 1).

FEUILLE D'ÉVALUATION CORG BRETAGNE

3ème DAN – UV2 (dominante technique)

Code fiche DT3 A

DEMONSTRATION AU CHOIX DU CANDIDAT

Contenu à réaliser : démonstration de 3 techniques en nage-waza (3' minimum), 2 techniques en ne-waza (3' minimum) et des techniques de défense au choix du candidat sur saisies, coups et armes (1 minimum). Durée maximum : 9 minutes

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

| KOSHI-WAZA | SUTEMI-WAZA |
|--------------|-------------|
| Utsuri-goshi | Yoko-wakare |

LIGUE DE BRETAGNE

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

| OSAEKOMI-WAZA | SHIME-WAZA |
|--------------------|-------------|
| Makura-gesa-gatame | Morote-jime |

JUDO

JUJITSU ET DISCIPLINES ASSOCIÉES

TECHNIQUES DE DEFENSE (JUDO-JUJITSU)

Le candidat choisit 2 réponses libres et adaptées aux situations d'agression parmi la **série D** des attaques défenses imposées jujitsu (annexe 1).

Partie b

UCHI-KOMI Contenu épreuve : 3 x 1' sur 3 techniques différentes minimum

NAGE-KOMI Contenu épreuve 2 x 1' sur 2 techniques différentes minimum
Temps indicatifs, durée maximum

EXERCICES D'APPLICATION A REALISER
1 KAKARI-GEIKO de 2' max (tori propose des enchainements, UKE défend librement) candidat jugé en TORI

+ **1 YAKU-SOKU-GEIKO** de 2' max

FEUILLE D'ÉVALUATION CORG BRETAGNE

3ème DAN – UV2 (dominante technique)

Code fiche DT3 B

DEMONSTRATION AU CHOIX DU CANDIDAT

Contenu à réaliser : démonstration de 3 techniques en nage-waza (3' minimum), 2 techniques en ne-waza (3' minimum) et des techniques de défense au choix du candidat sur saisies, coups et armes (1 minimum). Durée maximum : 9 minutes

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

| KOSHI-WAZA | SUTEMI-WAZA |
|--------------|-------------|
| Ushiro-goshi | Sumi-otoshi |

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

| OSAEKOMI-WAZA | SHIME-WAZA |
|---------------|------------|
| Kata-gatame | Ryote-jime |

TECHNIQUES DE DEFENSE (JUDO-JUJITSU)

Le candidat choisit 2 réponses libres et adaptées aux situations d'agression parmi la **série D** des attaques défenses imposées jujitsu (annexe 1).

Partie b

UCHI-KOMI Contenu épreuve : 2 x 1'30 sur 2 techniques différentes minimum
NAGE-KOMI Contenu épreuve 2 x 1'30 sur 2 techniques différentes minimum
Temps indicatifs, durée maximum

EXERCICES D'APPLICATION A REALISER
1 KAKARI-GEIKO de 2' max (tori propose des enchainements, UKE défend librement) candidat jugé en TORI
+ **1 YAKU-SOKU-GEIKO** de 2' max

FEUILLE D'ÉVALUATION CORG BRETAGNE

3ème DAN – UV2 (dominante technique)

Code fiche DT3 D

DEMONSTRATION AU CHOIX DU CANDIDAT

Contenu à réaliser : démonstration de 3 techniques en nage-waza (3' minimum), 2 techniques en ne-waza (3' minimum) et des techniques de défense au choix du candidat sur saisies, coups et armes (1 minimum). Durée maximum : 9 minutes

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

| TE-WAZA | SUTEMI-WAZA |
|-------------------|---------------|
| Uchi-mata-sukashi | Tawara-gaeshi |

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

| KANSETSU-WAZA | SHIME-WAZA |
|----------------------------|------------------|
| Ude-hishigi-sankaku-gatame | Ashi-gatame-jime |

JUJITSU ET DISCIPLINES ASSOCIÉES

TECHNIQUES DE DEFENSE (JUDO-JUJITSU)

Le candidat choisit 2 réponses libres et adaptées aux situations d'agression parmi la **série D** des attaques défenses imposées jujitsu (annexe 1).

Partie b

UCHI-KOMI Contenu épreuve : 2 x 1'30 sur 2 techniques différentes minimum
NAGE-KOMI Contenu épreuve 2 x 1'30 sur 2 techniques différentes minimum
Temps indicatifs, durée maximum

EXERCICES D'APPLICATION A REALISER
1 KAKARI-GEIKO de 2' max (tori propose des enchainements, UKE défend librement) candidat jugé en TORI
+ **1 YAKU-SOKU-GEIKO** de 2' max

FEUILLE D'ÉVALUATION CORG BRETAGNE

3ème DAN – UV2 (dominante technique)

Code fiche DT3 E

DEMONSTRATION AU CHOIX DU CANDIDAT

Contenu à réaliser : démonstration de 3 techniques en nage-waza (3' minimum), 2 techniques en ne-waza (3' minimum) et des techniques de défense au choix du candidat sur saisies, coups et armes (1 minimum). Durée maximum : 9 minutes

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

| TE-WAZA | SUTEMI-WAZA |
|------------|-------------|
| Sukui-nage | Yoko-otoshi |

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

| KANSETSU-WAZA | SHIME-WAZA |
|-------------------------|-------------|
| Ude-hishigi-ashi-gatame | Morote-jime |

JUJITSU ET DISCIPLINES ASSOCIÉES

TECHNIQUES DE DEFENSE (JUDO-JUJITSU)

Le candidat choisit 2 réponses libres et adaptées aux situations d'agression parmi la **série D** des attaques défenses imposées jujitsu (annexe 1).

Partie b

UCHI-KOMI Contenu épreuve : 2 x 1'30 sur 2 techniques différentes minimum
NAGE-KOMI Contenu épreuve 2 x 1'30 sur 2 techniques différentes minimum
Temps indicatifs, durée maximum

EXERCICES D'APPLICATION A REALISER
1 KAKARI-GEIKO de 2' max (tori propose des enchainements, UKE défend librement) candidat jugé en TORI
+ **1 YAKU-SOKU-GEIKO** de 2' max

FEUILLE D'ÉVALUATION CORG BRETAGNE

3ème DAN – UV2 (dominante technique)

Code fiche DT3 F

DEMONSTRATION AU CHOIX DU CANDIDAT

Contenu à réaliser : démonstration de 3 techniques en nage-waza (3' minimum), 2 techniques en ne-waza (3' minimum) et des techniques de défense au choix du candidat sur saisies, coups et armes (1 minimum). Durée maximum : 9 minutes

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

| TE-WAZA | ASHI-WAZA |
|-------------|---------------|
| Yama-arashi | O-soto-gaeshi |

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

| OSAEKOMI-WAZA | KANSETSU-WAZA |
|---------------|-------------------------|
| Kata-gatame | Ude-hishigi-hara-gatame |

TECHNIQUES DE DEFENSE (JUDO-JUJITSU)

Le candidat choisit 2 réponses libres et adaptées aux situations d'agression parmi la **série D** des attaques défenses imposées jujitsu (annexe 1).

Partie b

UCHI-KOMI Contenu épreuve : 2 x 1'30 sur 2 techniques différentes minimum
NAGE-KOMI Contenu épreuve 2 x 1'30 sur 2 techniques différentes minimum
Temps indicatifs, durée maximum

EXERCICES D'APPLICATION A REALISER
1 KAKARI-GEIKO de 2' max (tori propose des enchainements, UKE défend librement) candidat jugé en TORI
+ **1 YAKU-SOKU-GEIKO** de 2' max

FEUILLE D'ÉVALUATION CORG BRETAGNE

3ème DAN – UV2 (dominante technique)

Code fiche DC3 G

DEMONSTRATION AU CHOIX DU CANDIDAT

Contenu à réaliser : démonstration de 3 techniques en nage-waza (3' minimum), 2 techniques en ne-waza (3' minimum) et des techniques de défense au choix du candidat sur saisies, coups et armes (1 minimum). Durée maximum : 9 minutes

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

| TE-WAZA | ASHI-WAZA |
|-------------|---------------|
| Seoï-otoshi | Soto-makikomi |

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

| OSAEKOMI-WAZA | SHIME-WAZA |
|--------------------|---------------|
| Makura-gesa-gatame | Tsukkomi-jime |

TECHNIQUES DE DEFENSE (JUDO-JUJITSU)

Le candidat choisit 2 réponses libres et adaptées aux situations d'agression parmi la **série D** des attaques défenses imposées jujitsu (annexe 1).

Partie b

UCHI-KOMI Contenu épreuve : 2 x 1'30 sur 2 techniques différentes minimum
NAGE-KOMI Contenu épreuve 2 x 1'30 sur 2 techniques différentes minimum
Temps indicatifs, durée maximum

EXERCICES D'APPLICATION A REALISER
1 KAKARI-GEIKO de 2' max (tori propose des enchainements, UKE oriente sa défense sur l'esquive) candidat jugé en TORI
+ **1 YAKU-SOKU-GEIKO** de 2' max

FEUILLE D'ÉVALUATION CORG BRETAGNE

3ème DAN – UV2 (dominante technique)

Code fiche DT3 H

DEMONSTRATION AU CHOIX DU CANDIDAT

Contenu à réaliser : démonstration de 3 techniques en nage-waza (3' minimum), 2 techniques en ne-waza (3' minimum) et des techniques de défense au choix du candidat sur saisies, coups et armes (1 minimum). Durée maximum : 9 minutes

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

| ASHI-WAZA | SUTEMI-WAZA |
|---------------|---------------|
| O-soto-guruma | Tawara-gaeshi |

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

| OSAEKOMI-WAZA | SHIME-WAZA |
|--------------------|-------------|
| Makura-gesa-gatame | Ryo-te-jime |

JUJITSU ET DISCIPLINES ASSOCIÉES

TECHNIQUES DE DEFENSE (JUDO-JUJITSU)

Le candidat choisit 2 réponses libres et adaptées aux situations d'agression parmi la **série D** des attaques défenses imposées jujitsu (annexe 1).

Partie b

UCHI-KOMI Contenu épreuve : 2 x 1'30 sur 2 techniques différentes minimum
NAGE-KOMI Contenu épreuve 2 x 1'30 sur 2 techniques différentes minimum
Temps indicatifs, durée maximum

EXERCICES D'APPLICATION A REALISER
1 KAKARI-GEIKO de 2' max (tori propose des enchainements, UKE oriente sa défense sur l'esquive) candidat jugé en TORI
+ **1 YAKU-SOKU-GEIKO** de 2' max

FEUILLE D'ÉVALUATION CORG BRETAGNE

3ème DAN – UV2 (dominante technique)

Code fiche DT3 I

DEMONSTRATION AU CHOIX DU CANDIDAT

Contenu à réaliser : démonstration de 3 techniques en nage-waza (3' minimum), 2 techniques en ne-waza (3' minimum) et des techniques de défense au choix du candidat sur saisies, coups et armes (1 minimum). Durée maximum : 9 minutes

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

| KOSHI-WAZA | SUTEMI-WAZA |
|--------------|-------------|
| Ushiro-goshi | Daki-wakare |

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

| OSAEKOMI-WAZA | SHIME-WAZA |
|---------------|----------------------------|
| Kata-gatame | Ude-hishigi-sankaku-gatame |

TECHNIQUES DE DEFENSE (JUDO-JUJITSU)

Le candidat choisit 2 réponses libres et adaptées aux situations d'agression parmi la **série D** des attaques défenses imposées jujitsu (annexe 1).

Partie b

UCHI-KOMI Contenu épreuve : 2 x 1'30 sur 2 techniques différentes minimum
NAGE-KOMI Contenu épreuve 2 x 1'30 sur 2 techniques différentes minimum
Temps indicatifs, durée maximum

EXERCICES D'APPLICATION A REALISER
1 KAKARI-GEIKO de 2' max (tori propose des enchainements, UKE oriente sa défense sur l'esquive) candidat jugé en TORI
+ **1 YAKU-SOKU-GEIKO** de 2' max