

Date :
Grade actuel:

NOM PRENOM

3- NAGE WAZA **A** **B** **C** **D** pts

O soto gari Ko soto gari Tai otoshi O goshi

Ippon seoi nage morote seoi nage Kubi nage

Uki goshi Hiza guruma Sasae tsuri komi ashi

O uchi gari Ko uchi gari

Variété gauche droite Autres :/pts

2pts/technique, entre 30 et 26 : A, 25 et 18 : B, 15 et 10 :C, - de 10 :D

4- VOCABULAIRE **A** **B** **C** **D** pts

Rei/Soremade Hajimé/Matte Soto/Uchi O/Ko

Judo tatami/Dojo Yuko/Waza ari/Ippon

Osae komi/Toketa Shomen Ni / Sensei Ni / Otagai Ni Autres :

.....

5. BONUS pts

Participation aux animations club
Participations aux Tournois :
Participation aux compétitions Officielles :

A = 10 pts B = 7 pts C = 5 pts D = 3 pts

Minimum 20 points pour l'obtention de la ceinture jaune

RESULTAT : POINTS

OBTENTION CEINTURE JAUNE : OUI NON