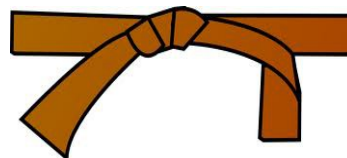


Date :
Grade Actuel :

NOM, PRENOM :

Passage de grade Ceinture -marron



Age minimum : 13 ans

(A : très bon, B : bon, C : moyen, D : insuffisant)

1-ATTITUDE : A B C D pts

1.1 Forme de corps :	A	B	C	D				
Ne Waza	A	B	C	D				
Nage Waza	A	B	C	D				
Gestuelle technique :	A	B	C	D				
Ukemi	A	B	C	D				
1.2 Comportement générale en cours				A	B	C	D	
Attitude		A	B	C	D			
Assiduité		A	B	C	D			
Judogi		A	B	C	D			
Respect des consignes		A	B	C	D			

2- NE WAZA A B C D pts

2.1 Immobilisation	A	B	C	D				
hon gesa gatame <input type="checkbox"/>	kuzure gesa gatame <input type="checkbox"/>				yoko shiho g. <input type="checkbox"/>			
kami shiho g. <input type="checkbox"/>	tate shiho g. <input type="checkbox"/>				autres <input type="checkbox"/>			
2.2 Liaison debout-sol				A	B	C	D	
2.3 Retournement UKE sur le ventre				A	B	C	D	
2.4 Retournement UKE position quadrupédique				A	B	C	D	
2.5 Renversement/passage de garde				A	B	C	D	
2.6 Autres				A	B	C	D	

Juji gatame <input type="checkbox"/>	Ude garami <input type="checkbox"/>	Ude gatame <input type="checkbox"/>	Sankaku jime <input type="checkbox"/>
hadaka jime <input type="checkbox"/>	Okuri eri jime <input type="checkbox"/>	Nami juji jime <input type="checkbox"/>	Kata ha jime <input type="checkbox"/>
Waki gatame <input type="checkbox"/>	Hara gatame <input type="checkbox"/>	Ashi gatame <input type="checkbox"/>	

3- NAGE WAZA A B C D pts

O soto gari <input type="checkbox"/>	O soto otoshi <input type="checkbox"/>	Tai otoshi <input type="checkbox"/>	O goshi <input type="checkbox"/>
Ippon seoi nage <input type="checkbox"/>	morote seoi nage <input type="checkbox"/>	eri seoi nage <input type="checkbox"/>	kubi nage <input type="checkbox"/>
Uki goshi <input type="checkbox"/>	Hiza guruma <input type="checkbox"/>	Sasae tsuri komi ashi <input type="checkbox"/>	
O uchi gari <input type="checkbox"/>	Ko uchi gari <input type="checkbox"/>	Ko soto gake <input type="checkbox"/>	Okuri ashi barai <input type="checkbox"/>
Koshi guruma <input type="checkbox"/>	Harai goshi <input type="checkbox"/>	Ashi guruma <input type="checkbox"/>	De ashi barai <input type="checkbox"/>
Uchi mata <input type="checkbox"/>	Sumigaeshi <input type="checkbox"/>	Tsuri komi goshi <input type="checkbox"/>	sode tsuri komi goshi <input type="checkbox"/>
Tani otoshi <input type="checkbox"/>	Ushiro goshi <input type="checkbox"/>	Tomoe nage <input type="checkbox"/>	

Date :

NOM, PRENOM :

Grade Actuel :

Te guruma yoko tomoe nage Sumi gaeshi
Kata guruma Hane goshi Soto makikomi
Ura Nage Morote gari Harai tsuru komi ashii Kuchiki dasoshi
Variété gauche droite Autres : /pts

1pts/technique, entre 30 et 40 : A, 25 et 30 : B, 25 et 20 : C, - de 20 : D

4- YAKU SOKU GEIKO **A** **B** **C** **D** **(1 min)** **..... pts**

Variété des techniques OUI NON
Contrôle du partenaire OUI NON
Cohérence des déplacements OUI NON
Exploitation des ≠ axes OUI NON

5- KAKARI GEIKO **A** **B** **C** **D** **(1 min)** **..... pts**

Cohérence des attaques OUI NON
Enchaînement OUI NON
Déplacement OUI NON
Variété et construction des att. OUI NON

6- VOCABULAIRE **A** **B** **C** **D** **..... pts**

Rei/Soremade Hajimé/Matte Soto/Uchi O/Ko
Judo/ju-jitsu tatami/Dojo Yuko/Waza ari/Ippon
Osae komi/Toketa Sonomama/Yoshi Gari/gake Hiza/Ashi
Kubi/Goshi Tsukuri/Kuzushi otoshi/seoi guruma
Shomen Ni / Sensei Ni / Otagai Ni Shin/Gi/Tai/ Hiki wake/Kinza
Ushiro/Mae Hidari/Migi Te/Tomoe Okuri/Morote
Ude Jime Makikomi Hara/Waki
Autres

7.KATAS **..... pts**

Série 1 et 2 et 3 du Nage No Kata

8 BONUS **..... pts**

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

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

Minimum 65 points pour l'obtention de la ceinture marron

RESULTAT : POINTS

OBTENTION CEINTURE MARRON: OUI NON