

2^e DAN - UV2 (dominante compétition)

NOM :
Prénom :
Ligue :

Date de naissance :
N° de licence :

DÉMONSTRATION AU CHOIX DU CANDIDAT

Contenu à réaliser : démonstration d'une technique en nage-waza, d'une technique en ne-waza et d'une technique de défense au choix du candidat (durée 5' max).

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>ASHI-WAZA</u>	<u>SUTEMI-WAZA</u>
- uchi-mata <input type="checkbox"/>	- yoko-guruma <input type="checkbox"/>

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

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

TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C des 20 prédéfinies A1 = katate-dori C5 = chudan-mawashi-geri	Défenses : 1 réponse libre à chaque situation d'agression : - Saisie du poignet à 2 mains - Coup de pied circulaire
---	---

⇒ Cadre réservé au responsable de CORG :

ÉPREUVE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE :

OUI :

NON :

Signature de chaque juge :

Signature et cachet du CORG :

2^e DAN - UV2 (dominante compétition)

NOM :
Prénom :
Ligue :

Date de naissance :
N° de licence :

DÉMONSTRATION AU CHOIX DU CANDIDAT

Contenu à réaliser : démonstration d'une technique en nage-waza, d'une technique en ne-waza et d'une technique de défense au choix du candidat (durée 5' max).

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>TE-WAZA</u>	<u>SUTEMI-WAZA</u>
- Kata-guruma <input type="checkbox"/>	- ko-uchi-makikomi <input type="checkbox"/>

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

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

TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C des 20 prédéfinies A3 = mae-kubi-dori C4 = chudan-mae-geri-kekomi	Défenses : 1 réponse libre à chaque situation d'agression : - Saisie à 2 mains de face au coup - Coup de pied direct de face
--	--

⇒ Cadre réservé au responsable de CORG :

ÉPREUVE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE :

OUI :

NON :

Signature de chaque juge :

Signature et cachet du CORG :

2^e DAN - UV2 (dominante compétition)

NOM :	Date de naissance :
Prénom :	N° de licence :
Ligue :	

DÉMONSTRATION AU CHOIX DU CANDIDAT

Contenu à réaliser : démonstration d'une technique en nage-waza, d'une technique en ne-waza et d'une technique de défense au choix du candidat (durée 5' max).

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>ASHI-WAZA</u>	<u>SUTEMI-WAZA</u>
- uchi-mata <input type="checkbox"/>	- Harai-maki-komi <input type="checkbox"/>

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

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

TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C des 20 prédéfinies A1 = katate-dori C5 = chudan-mawashi-geri	Défenses : 1 réponse libre à chaque situation d'agression : - Saisie du poignet à 2 mains - Coup de pied circulaire
---	---

⇒ Cadre réservé au responsable de CORG :

ÉPREUVE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE :

OUI :

NON :

Signature de chaque juge :

Signature et cachet du CORG :

2^e DAN - UV2 (dominante compétition)

NOM :
Prénom :
Ligue :

Date de naissance :
N° de licence :

DÉMONSTRATION AU CHOIX DU CANDIDAT

Contenu à réaliser : démonstration d'une technique en nage-waza, d'une technique en ne-waza et d'une technique de défense au choix du candidat (durée 5' max).

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>ASHI-WAZA</u>	<u>SUTEMI-WAZA</u>
- o-soto-guruma <input type="checkbox"/>	- Yoko-tomoe-nage <input type="checkbox"/>

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>IMMOBILISATIONS</u> <u>OSAEKOMI-WAZA</u>	<u>CLÉS AUX COUDES</u> <u>KANSETSU-WAZA</u>
- kata-gatame <input type="checkbox"/>	- Ude-hishigi-ashi-gatame <input type="checkbox"/>

TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C des 20 prédéfinies A1 = katate-dori C5 = chudan-mawashi-geri	Défenses : 1 réponse libre à chaque situation d'agression : - Saisie du poignet à 2 mains - Coup de pied circulaire
---	---

⇒ Cadre réservé au responsable de CORG :

ÉPREUVE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE :

OUI :

NON :

Signature de chaque juge :

Signature et cachet du CORG :

2^e DAN - UV2 (dominante compétition)

NOM :
Prénom :
Ligue :

Date de naissance :
N° de licence :

DÉMONSTRATION AU CHOIX DU CANDIDAT

Contenu à réaliser : démonstration d'une technique en nage-waza, d'une technique en ne-waza et d'une technique de défense au choix du candidat (durée 5' max).

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>TE-WAZA</u>	<u>SUTEMI-WAZA</u>
- sumi-otoshi <input type="checkbox"/>	- yoko-gake <input type="checkbox"/>

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>IMMOBILISATIONS</u> <u>OSAEKOMI-WAZA</u>	<u>ÉTRANGLEMENT</u> <u>SHIME-WAZA</u>
- kuzure-tate-shiho-gatame <input type="checkbox"/>	- morote-jime <input type="checkbox"/>

TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C des 20 prédéfinies A2 = eri-dori C2 = chudan-gyaku-tsuki	Défenses : 1 réponse libre à chaque situation d'agression : - Saisie croisée du revers - Coup de poing direct (plexus)
---	--

⇒ Cadre réservé au responsable de CORG :

ÉPREUVE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE :

OUI :

NON :

Signature de chaque juge :

Signature et cachet du CORG :

2^e DAN - UV2 (dominante compétition)

NOM :	Date de naissance :
Prénom :	N° de licence :
Ligue :	

DÉMONSTRATION AU CHOIX DU CANDIDAT

Contenu à réaliser : démonstration d'une technique en nage-waza, d'une technique en ne-waza et d'une technique de défense au choix du candidat (durée 5' max).

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>TE-WAZA</u>	<u>SUTEMI-WAZA</u>
- kuchiki-taoshi <input type="checkbox"/>	- uki-waza <input type="checkbox"/>

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>IMMOBILISATIONS</u> <u>OSAEKOMI-WAZA</u>	<u>ÉTRANGLEMENT</u> <u>SHIME-WAZA</u>
- ushiro-gesa-gatame <input type="checkbox"/>	- sode-guruma-jime <input type="checkbox"/>

TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C des 20 prédéfinies B2 = yoko-dori C4 = chudan-mae-geri-kekomi	Défenses : 1 réponse libre à chaque situation d'agression : - Saisie de côté en ceinturant les bras - Coup de pied direct de face
--	---

⇒ Cadre réservé au responsable de CORG :

ÉPREUVE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE :

OUI :

NON :

Signature de chaque juge :

Signature et cachet du CORG :

2^e DAN - UV2 (dominante compétition)

NOM :
Prénom :
Ligue :

Date de naissance :
N° de licence :

DÉMONSTRATION AU CHOIX DU CANDIDAT

Contenu à réaliser : démonstration d'une technique en nage-waza, d'une technique en ne-waza et d'une technique de défense au choix du candidat (durée 5' max).

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>ASHI-WAZA</u>	<u>SUTEMI-WAZA</u>
- tsubame-gaeshi <input type="checkbox"/>	- tani-otoshi <input type="checkbox"/>

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>IMMOBILISATIONS</u> <u>OSAEKOMI-WAZA</u>	<u>ÉTRANGLEMENT</u> <u>SHIME-WAZA</u>
- makura-gesa-gatame <input type="checkbox"/>	- kata-ha-jime <input type="checkbox"/>

TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C des 20 prédéfinies A3 = mae-kubi-dori B5= hadaka-jime	Défenses : 1 réponse libre à chaque situation d'agression : - Saisie à 2 mains au cou - Etranglement par l'arrière
--	--

⇒ Cadre réservé au responsable de CORG :

ÉPREUVE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE :

OUI :

NON :

Signature de chaque juge :

Signature et cachet du CORG :

2^e DAN - UV2 (dominante compétition)

NOM :
Prénom :
Ligue :

Date de naissance :
N° de licence :

DÉMONSTRATION AU CHOIX DU CANDIDAT

Contenu à réaliser : démonstration d'une technique en nage-waza, d'une technique en ne-waza et d'une technique de défense au choix du candidat (durée 5' max).

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>KOSHI-WAZA</u>	<u>TE-WAZA</u>
- tsuri-goshi <input type="checkbox"/>	- morote-gari <input type="checkbox"/>

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>IMMOBILISATIONS</u> <u>OSAEKOMI-WAZA</u>	<u>ÉTRANGLEMENT</u> <u>SHIME-WAZA</u>
- tate-shiho-gatame <input type="checkbox"/>	- okuri-eri-jime <input type="checkbox"/>

TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C des 20 prédéfinies A5 = yoko-sode-dori B1= mae-dori	Défenses : 1 réponse libre à chaque situation d'agression : - Saisie de la manche de côté - Saisie de face en ceinturant sous les bras
--	--

⇒ Cadre réservé au responsable de CORG :

ÉPREUVE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE :

OUI :

NON :

Signature de chaque juge :

Signature et cachet du CORG :

2^e DAN - UV2 (dominante compétition)

NOM :
Prénom :
Ligue :

Date de naissance :
N° de licence :

DÉMONSTRATION AU CHOIX DU CANDIDAT

Contenu à réaliser : démonstration d'une technique en nage-waza, d'une technique en ne-waza et d'une technique de défense au choix du candidat (durée 5' max).

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>KOSHI-WAZA</u>	<u>TE-WAZA</u>
- utsuri-goshi <input type="checkbox"/>	- kibisu-gaeshi <input type="checkbox"/>

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>ÉTRANGLEMENT SHIME-WAZA</u>	<u>CLÉS AUX COUDES KANSETSU-WAZA</u>
- kata-ha-jime <input type="checkbox"/>	- ude-hishigi-hara-gatame <input type="checkbox"/>

TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C des 20 prédéfinies A5 = yoko-sode-dori B2= yoko-dori	Défenses : 1 réponse libre à chaque situation d'agression : - Saisie de la manche de côté - Saisie de côté en ceinturant les bras
---	---

⇒ Cadre réservé au responsable de CORG :

ÉPREUVE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE :

OUI :

NON :

Signature de chaque juge :

Signature et cachet du CORG :

2^e DAN - UV2 (dominante compétition)

NOM :
Prénom :
Ligue :

Date de naissance :
N° de licence :

DÉMONSTRATION AU CHOIX DU CANDIDAT

Contenu à réaliser : démonstration d'une technique en nage-waza, d'une technique en ne-waza et d'une technique de défense au choix du candidat (durée 5' max).

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>KOSHI-WAZA</u>	<u>SUTEMI-WAZA</u>
- ushiro-goshi <input type="checkbox"/>	- ko-uchi-makikomi <input type="checkbox"/>

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>ÉTRANGLEMENT SHIME-WAZA</u>	<u>CLÉS AUX COUDES KANSETSU-WAZA</u>
- kata-te-jime <input type="checkbox"/>	- ude-hishigi-ude-gatame <input type="checkbox"/>

TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C des 20 prédéfinies B3 = yoko-kubi-dori C5= chudan-mawashi-geri	Défenses : 1 réponse libre à chaque situation d'agression : - Saisie de côté au cou - Coup de pied circulaire
---	---

⇒ Cadre réservé au responsable de CORG :

ÉPREUVE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE :

OUI :

NON :

Signature de chaque juge :

Signature et cachet du CORG :



FEUILLE D'ÉVALUATION

Code fiche : FEDC – 2K

Ordre de passage :

2^e DAN - UV2 (dominante compétition)

NOM :
Prénom :
Ligue :

Date de naissance :
N° de licence :

DÉMONSTRATION AU CHOIX DU CANDIDAT

Contenu à réaliser : démonstration d'une technique en nage-waza, d'une technique en ne-waza et d'une technique de défense au choix du candidat (durée 5' max).

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>TE-WAZA</u>	<u>ASHI-WAZA</u>
- uki-otoshi <input type="checkbox"/>	- o-guruma <input type="checkbox"/>

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>ÉTRANGLEMENT SHIME-WAZA</u>	<u>CLÉS AUX COUDES KANSETSU-WAZA</u>
- kata-juji-jime <input type="checkbox"/>	- ude-hishigi-waki-gatame <input type="checkbox"/>

TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C des 20 prédéfinies B1 = mae-dori C4 = chudan-mae-geri-kekomi	Défenses : 1 réponse libre à chaque situation d'agression : - Saisie de face en ceinturant sous les bras - Coup de pied direct de face
---	--

⇒ Cadre réservé au responsable de CORG :

ÉPREUVE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE :

OUI :

NON :

Signature de chaque juge :

Signature et cachet du CORG :

2^e DAN - UV2 (dominante compétition)

NOM :
Prénom :
Ligue :

Date de naissance :
N° de licence :

DÉMONSTRATION AU CHOIX DU CANDIDAT

Contenu à réaliser : démonstration d'une technique en nage-waza, d'une technique en ne-waza et d'une technique de défense au choix du candidat (durée 5' max).

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>TE-WAZA</u>	<u>ASHI-WAZA</u>
- uki-otoshi <input type="checkbox"/>	- o-guruma <input type="checkbox"/>

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>ÉTRANGLEMENT SHIME-WAZA</u>	<u>CLÉS AUX COUDES KANSETSU-WAZA</u>
- kata-juji-jime <input type="checkbox"/>	- ude-hishigi-waki-gatame <input type="checkbox"/>

TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C des 20 prédéfinies B3 = yoko-kubi-dori C1= jodan-oi-tsuki	Défenses : 1 réponse libre à chaque situation d'agression : - Saisie de côté au cou - Coup de poing direct haut
--	---

⇒ Cadre réservé au responsable de CORG :

ÉPREUVE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE :

OUI :

NON :

Signature de chaque juge :

Signature et cachet du CORG :

2^e DAN - UV2 (dominante compétition)

NOM :
Prénom :
Ligue :

Date de naissance :
N° de licence :

DÉMONSTRATION AU CHOIX DU CANDIDAT

Contenu à réaliser : démonstration d'une technique en nage-waza, d'une technique en ne-waza et d'une technique de défense au choix du candidat (durée 5' max).

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>KOSHI-WAZA</u>	<u>ASHI-WAZA</u>
- hane-goshi <input type="checkbox"/>	- o-soto-guruma <input type="checkbox"/>

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>ÉTRANGLEMENT SHIME-WAZA</u>	<u>CLÉS AUX COUDES KANSETSU-WAZA</u>
- gyaku-juji-jime <input type="checkbox"/>	- ude-hishigi-juji-gatame <input type="checkbox"/>

TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C des 20 prédéfinies B4 = mae-kubi-dori C1= jodan-oi-tsuki	Défenses : 1 réponse libre à chaque situation d'agression : - Saisie de face au cou - Coup de poing direct haut
---	---

⇒ Cadre réservé au responsable de CORG :

ÉPREUVE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE :

OUI :

NON :

Signature de chaque juge :

Signature et cachet du CORG :

2^e DAN - UV2 (dominante compétition)

NOM :
Prénom :
Ligue :

Date de naissance :
N° de licence :

DÉMONSTRATION AU CHOIX DU CANDIDAT

Contenu à réaliser : démonstration d'une technique en nage-waza, d'une technique en ne-waza et d'une technique de défense au choix du candidat (durée 5' max).

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>KOSHI-WAZA</u>	<u>TE-WAZA</u>
- hane-goshi <input type="checkbox"/>	-sumi-otoshi <input type="checkbox"/>

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>ÉTRANGLEMENT SHIME-WAZA</u>	<u>CLÉS AUX COUDES KANSETSU-WAZA</u>
- hadaka-jime <input type="checkbox"/>	- ude-hishigi-hiza-gatame <input type="checkbox"/>

TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C des 20 prédéfinies B4 = mae-kubi-dori C5= chudan-mawashi-geri	Défenses : 1 réponse libre à chaque situation d'agression : - Saisie de face au cou - Coup de pied circulaire
--	---

⇒ Cadre réservé au responsable de CORG :

ÉPREUVE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE :

OUI :

NON :

Signature de chaque juge :

Signature et cachet du CORG :

2^e DAN - UV2 (dominante compétition)

NOM : Prénom : Ligue :	Date de naissance : N° de licence :
---	--

DÉMONSTRATION AU CHOIX DU CANDIDAT

Contenu à réaliser : démonstration d'une technique en nage-waza, d'une technique en ne-waza et d'une technique de défense au choix du candidat (durée 5' max).

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>KOSHI-WAZA</u> - utsuri-goshi <input type="checkbox"/>	<u>TE-WAZA</u> - kata-guruma <input type="checkbox"/>
---	---

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>ÉTRANGLEMENT</u> <u>SHIME-WAZA</u> - Nami-juji-jime <input type="checkbox"/>	<u>CLÉS AUX COUDES</u> <u>KANSETSU-WAZA</u> - ude-garami <input type="checkbox"/>
---	---

TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C des 20 prédéfinies A4 = yoko-kubi-dori C3= jodan-naname-shuto	Défenses : 1 réponse libre à chaque situation d'agression : - Saisie à 2 mains de côté au cou - Attaque en oblique avec le tranchant de la main
--	---

⇒ Cadre réservé au responsable de CORG :

ÉPREUVE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE :
OUI :
NON :

Signature de chaque juge :

Signature et cachet du CORG :

2^e DAN - UV2 (dominante compétition)

NOM :	Date de naissance :
Prénom :	N° de licence :
Ligue :	

DÉMONSTRATION AU CHOIX DU CANDIDAT

Contenu à réaliser : démonstration d'une technique en nage-waza, d'une technique en ne-waza et d'une technique de défense au choix du candidat (durée 5' max).

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>KOSHI-WAZA</u>	<u>ASHI-WAZA</u>
- tsuri-goshi <input type="checkbox"/>	- o-soto-gaeshi <input type="checkbox"/>

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>ÉTRANGLEMENT SHIME-WAZA</u>	<u>CLÉS AUX COUDES KANSETSU-WAZA</u>
- ashi-gatame-jime <input type="checkbox"/>	- ude-hishigi-juji-gatame <input type="checkbox"/>

TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C des 20 prédéfinies B4 = mae-kubi-dori C1= jodan-oi-tsuki	Défenses : 1 réponse libre à chaque situation d'agression : - Saisie de face au cou - Coup de poing direct haut
---	---

⇒ Cadre réservé au responsable de CORG :

ÉPREUVE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE :

OUI :

NON :

Signature de chaque juge :

Signature et cachet du CORG :

2^e DAN - UV2 (dominante compétition)

NOM :
Prénom :
Ligue :

Date de naissance :
N° de licence :

DÉMONSTRATION AU CHOIX DU CANDIDAT

Contenu à réaliser : démonstration d'une technique en nage-waza, d'une technique en ne-waza et d'une technique de défense au choix du candidat (durée 5' max).

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>KOSHI-WAZA</u>	<u>TE-WAZA</u>
- tsuri-goshi <input type="checkbox"/>	- morote-gari <input type="checkbox"/>

TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)

<u>IMMOBILISATIONS OSAEKOMI-WAZA</u>	<u>CLÉ AU COUDE KANSETSU-WAZA</u>
- kuzure-yoko-shiho-gatame <input type="checkbox"/>	- Ude-hishigi-sankaku-gatame <input type="checkbox"/>

TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)

Séries A, B et C des 20 prédéfinies A5 = yoko-sode-dori B1= mae-dori	Défenses : 1 réponse libre à chaque situation d'agression : - Saisie de la manche de côté - Saisie de face en ceinturant sous les bras
--	--

⇒ Cadre réservé au responsable de CORG :

ÉPREUVE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE :

OUI :

NON :

Signature de chaque juge :

Signature et cachet du CORG :