

**PASSAGE DE GRADE**

NOM :

Prénom :

Age :

Date : / /

ATELIERS

Bicolore Orange / Verte

1 è r e	KIHON - WAZA THEODOKI de 1 à 12	Série 1 à 12 sauf le (9 et 10) Note / 20	
	PAO	Note / 20	
	KIHON	Note / 20	
	BASES : Atémi + Projection	Note / 40	
P A R T I E	Kata (Obligatoire)	1 ^{er} kata / 40 2 ^{ème} kata / 40	
	Kata Supérieur (Obligatoire)	Kodomo No Kata Ichi / 40 1 Choisit par le jury Kodomo No Kata Ni / 40	
	SAISIE FACE : 2 attaques LATERAL : 1 attaques SOL : 1 attaques ARRIERE : 2 attaques ATEMI (2 SUP, 2 INF) : 4 attaques	Note / 20	
	Note : 1,5 pts par Attaque + 2 pts pour l'attitude + 3 pts pour Kimé		
2 è m e	RANDORI (1) Préparé +(2) Cercle	(1) Note / 20 Tps: 45" (2) Note / 20	
	BUDO	Note / 20	
	TOTAL		
	Reçu à partir de : 150 / 300 Moyenne = 10/20		
Reçu = oui non			

BASES

ATEMI	CLEF	PROJ.	Sutémi
1		1	
2		2	
3		3	
4			
5			
6			Etrangle
7			
8			

KIHON - WAZA

Série 1 (seul)	Tai sabaki
Série 2 (seul)	Tai sabaki + Parades
Série 3 (seul)	Tai sabaki + Parades + Atémis
Série 4	Ukémis
Série 5 (à 2)	Tai sabaki
Série 6 (à 2)	Tai sabaki + parades
Série 7/8	Tai sabaki + Parades + Atémis
Série 9/10	Tai sabaki + Parades + Clés
Série 11/12	Tai sabaki + parades + Projections
Série 13	Tai sabaki + parades + Strangulations
Série 14	Immobilisations
Série 15	Clés de jambe
Série Sutémie	11 Sutémies

PAO

10 frappes (5 mbre sup, 5 mbre inf).
2 pts / frappe

KIHON

2 techniques sur 3 pas : aller et retour.
* 6 questions : 2 pts par enchaînement = 12 pts
Ukémis, Roulade : 4 quest à 1 pts chacune
Gardes & positions : 4 pts

BASES

Base : 10 quest 1,5 pts par saisie
+ 3 pts attitude + 2 pts Kimé

KIHON WAZA

Série de 1 à 12 noté sur 12 pts ,
* Série 1 + 3 = 2 pts
* Série: 6 + 8 = 4 pts "2 quest à 2 pts"
* Série 11 + 12 = 6 pts "3 quest à 2 pts"
Théodoki : 8 pts "4 quest à 2 pts"

COMMENTAIRE FINAL