

Code fiche: FEDT – 2A

NOM : Prénom : Ligue :		Date de naissance : N° de licence :	
	DÉMONSTRAT	ION AU CHOIX DU CANDIDAT	
Contenu à réalise choix du candidat		nage-waza, d'une technique en ne-waza et d'un	e technique de défense a
	TECHNIQUES DE PROJ	IECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)	
	ASHI-WAZ	A SUTEMI-WAZA	
	– uchi-mata 🚨	- yoko-guruma	
	TECHNIQUES AU	SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)	
	IMMOBILISATIONS OSAEKOMI-WAZA	CLÉS AUX COUDES KANSETSU-WAZA	
	- makura-gesa-gatame 🔲	- ude-hishigi-hiza-gatame 🚨	
	TECHNIQUES	DE DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)	
So	éries A, B et C des 20 prédéfinies A1 = katate-dori C5 = chudan-mawashi-geri	Défenses : 1 réponse libre à chaque situat - Saisie du poignet à 2 mains - Coup de pied circulaire	tion d'agression :
NAGE-I t	OMI: Contenu épreuve: 2x1'30 sur 2 echniques différentes minimum (OMI: Contenu épreuve: 2x1'30 sur 2 echniques différentes minimum sont indicatifs et fixent la durée maximum chaque exercice)	1 KAKARI-GEIKO de 2' max (« Tori pr enchainements et uke défend libren jugé en tori)) + 1 YAKU-SOKU-GEIKO	opose des nent » (candidat
⇒ <u>Cad</u>	re réservé au responsable de CC	<u>ORG</u> :	
ÉPREUVE	UV2 TECHNIQUE VALIDÉE :	OUI : □	NON : □
<u>Signature</u>	de chaque juge :		
<u>Signature</u>	et cachet du CORG :		



Code fiche: FEDT – 2B

IOM : rénom : igue :			Date de naissance : N° de licence :	
	DÉMONSTRA	TION AU C	HOIX DU CANDIDAT	
ntenu à réaliser ix du candidat (démonstration d'une technique en durée 5' max).	nage-waza,	d'une technique en ne-waza et d	'une technique de défense
	TECHNIQUES DE PRO	JECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU))
	TE-WAZ	A	SUTEMI-WAZA	
	– Kata-guruma		– ko-uchi-makikomi 🚨	
	TECHNIQUES A	U SOL (NE	WAZA JUDO, JUJITSU)	
	IMMOBILISATIONS OSAEKOMI-WAZA		CLÉS AUX COUDES KANSETSU-WAZA	
		-ude-	nishigi-waki-gatame	
	TECHNIQUES	DE DÉFEN	ISE (JUDO- JUJITSU)	
	ies A, B et C des 20 prédéfinies A3 = mae-kubi-dori 4 = chudan-mae-geri-kekomi	- Sa	ses : 1 réponse libre à chaque si aisie à 2 mains de face au coup oup de pied direct de face	tuation d'agression :
te NAGE-K	DMI: Contenu épreuve: 2x1'30 sur chniques différentes minimum DMI: Contenu épreuve: 2x1'30 sur chniques différentes minimum ont indicatifs et fixent la durée maximur chaque exercice)	2	EXERCICES D'APPLICATION 1 KAKARI-GEIKO de 2' max (« Tor enchainements et uke défend lib iugé en tori)) + 1 YAKU-SOKU-GE	ri propose des prement » (candidat
⇒ <u>Cadr</u>	e réservé au responsable de C	CORG:		
ÉPREUVE	JV2 TECHNIQUE VALIDÉE	:	OUI : 🗆	NON : □
<u>Signature</u>	de chaque juge :			
Signature	et cachet du CORG :			



Code fiche : FEDT – 2C

OM : énom : ue :		Date de naissance : N° de licence :	
	DÉMONSTRATIO	N AU CHOIX DU CANDIDAT	
enu à réaliser : démo du candidat <i>(dur</i> ée s		e-waza, d'une technique en ne-waza et d'une	technique de défen
	TECHNIQUES DE PROJEC	CTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)	
	ASHI-WAZA	SUTEMI-WAZA	
	- uchi-mata	- Harai-maki-komi	
	TEOUNIOUES AU S		
	IMMOBILISATIONS	OL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU) CLÉS AUX COUDES	\neg
	OSAEKOMI-WAZA	KANSETSU-WAZA	
– ma	akura-gesa-gatame	- ude-hishigi-hiza-gatame 🚨	
	TECHNIQUES DE	DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)	
,	B et C des 20 prédéfinies A1 = katate-dori chudan-mawashi-geri	Défenses : 1 réponse libre à chaque situat - Saisie du poignet à 2 mains - Coup de pied circulaire	ion d'agression :
techniqu NAGE-KOMI : (techniqu (Les temps sont indi	Contenu épreuve : 2x1'30 sur 2 es différentes minimum Contenu épreuve : 2x1'30 sur 2 es différentes minimum icatifs et fixent la durée maximum de chaque exercice)	EXERCICES D'APPLICATION À R 1 KAKARI-GEIKO de 2' max (« Tori pro enchainements et uke défend librem jugé en tori)) + 1 YAKU-SOKU-GEIKO	opose des nent » (candidat
	ervé au responsable de COR		
EPREUVE UV2	TECHNIQUE VALIDÉE :	OUI : 🗖	NON : □
Signature de ch	naque juge :		
Signature et ca	chet du CORG :		



Code fiche: FEDT – 2D

OM : rénom : gue :		Date de naissance : N° de licence :	
	DÉMONSTRATI	ON AU CHOIX DU CANDIDAT	
tenu à réaliser : dém x du candidat <i>(dur</i> ée		ge-waza, d'une technique en ne-waza et d'une	technique de défens
	TECHNIQUES DE PROJE	ECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)	
	ASHI-WAZA	<u>SUTEMI-WAZA</u>	
	- o-soto-guruma	□ - Yoko-tomoe-nage	
	TECHNIQUES AU	SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)	
	<u>IMMOBILISATIONS</u>	CLÉS AUX COUDES	
	OSAEKOMI-WAZA	KANSETSU-WAZA	
- k	kata-gatame	- Ude-hishigi-ashi-gatame	
	TECHNIQUES D	E DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)	
	, B et C des 20 prédéfinies A1 = katate-dori chudan-mawashi-geri	Défenses : 1 réponse libre à chaque situation - Saisie du poignet à 2 mains - Coup de pied circulaire	on d'agression :
techniq NAGE-KOMI : techniq	Contenu épreuve : 2x1'30 sur 2 ues différentes minimum : Contenu épreuve : 2x1'30 sur 2 ues différentes minimum dicatifs et fixent la durée maximum chaque exercice)	EXERCICES D'APPLICATION À RI 1 KAKARI-GEIKO de 2' max (« Tori pro enchainements et uke défend libreme jugé en tori)) + 1 YAKU-SOKU-GEIKO de	pose des ent » (candidat
	servé au responsable de CO		
EPREUVE UV2	TECHNIQUE VALIDÉE:	OUI : 🗖	NON : □
Signature de d	chaque juge :		
Signature et c	achet du CORG :		



Code fiche : FEDT – 2E

NOM : Prénom : Ligue :		Date de naissance : N° de licence :	
	DÉMONSTRATIO	N AU CHOIX DU CANDIDAT	
Contenu à réaliser hoix du candidat (e-waza, d'une technique en ne-waza et d'ur	ne technique de défense a
	TECHNIQUES DE PROJEC	CTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)	
	TE-WAZA	SUTEMI-WAZA	
	– sumi-otoshi	□ - yoko-gake □	
	TECHNIQUES AU S	OL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)	
	IMMOBILISATIONS OSAEKOMI-WAZA	ÉTRANGLEMENT SHIME-WAZA	
	- kuzure-tate-shiho-gatame	- morote-jime 🚨	
	TECHNIQUES DE	DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)	
Sé	ries A, B et C des 20 prédéfinies A2 = eri-dori C2 = chudan-gyaku-tsuki	Défenses : 1 réponse libre à chaque situa - Saisie croisée du revers - Coup de poing direct (plexus)	ation d'agression :
te NAGE-K te	Contenu épreuve : 2x1'30 sur 2 chniques différentes minimum OMI : Contenu épreuve : 2x1'30 sur 2 chniques différentes minimum cont indicatifs et fixent la durée maximum de chaque exercice)	EXERCICES D'APPLICATION À 1 KAKARI-GEIKO de 2' max (« Tori p enchainements et uke défend librer jugé en tori)) + 1 YAKU-SOKU-GEIKO	ropose des ment » (candidat
⇒ <u>Cadr</u>	e réservé au responsable de COR	<u>'G</u> :	
ÉPREUVE	UV2 TECHNIQUE VALIDÉE :	OUI: 🗆	NON : □
<u>Signature</u>	<u>de chaque juge</u> :		
<u>Signature</u>	et cachet du CORG :		
1			



Code fiche: FEDT – 2F

OM : ·énom : gue :		Date de naissance : N° de licence :	
	DÉMONSTRATION	N AU CHOIX DU CANDIDAT	
enu à réaliser : c x du candidat <i>(d</i>		-waza, d'une technique en ne-waza et d'	une technique de défen
	TECHNIQUES DE PROJEC	TION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)	
	TE-WAZA	SUTEMI-WAZA	
	 kuchiki-taoshi 	uki-waza	
	TECHNIQUES AU SC	OL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)	•
	<u>IMMOBILISATIONS</u>	ÉTRANGLEMENT	
	<u>OSAEKOMI-WAZA</u>	<u>SHIME-WAZA</u>	
	– ushiro-gesa-gatame 🔲	- sode-guruma-jime 🕻	1
	TECHNIQUES DE	DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)	
	es A, B et C des 20 prédéfinies B2 = yoko-dori - = chudan-mae-geri-kekomi	Défenses : 1 réponse libre à chaque sit - Saisie de côté en ceinturant les bra - Coup de pied direct de face	_
tecl NAGE-KO tecl	MI: Contenu épreuve: 2x1'30 sur 2 nniques différentes minimum MI: Contenu épreuve: 2x1'30 sur 2 nniques différentes minimum nt indicatifs et fixent la durée maximum de chaque exercice)	EXERCICES D'APPLICATION 1 KAKARI-GEIKO de 2' max (« Tori enchainements et uke défend libi jugé en tori)) + 1 YAKU-SOKU-GEI	propose des rement » (candidat
	réservé au responsable de CORC		
ÉPREUVE U	V2 TECHNIQUE VALIDÉE :	OUI : 🗖	NON : □
Signature d	<u>e chaque juge</u> :		
Signature e	t cachet du CORG :		



Code fiche : FEDT – 2G

NOM : Prénom : Ligue :				Date de naissa N° de licence :	nce :	
		DÉMONSTRATIO	N AU	CHOIX DU CANDID	PAT	
ontenu à réaliser noix du candidat ('une technique en nag	e-waza	, d'une technique en	ne-waza et d'une	technique de défense a
	TECH	NIQUES DE PROJEC	TION	(NAGE-WAZA JUD	O, JUJITSU)	
		ASHI-WAZA		SUTEMI-WA	AZA	
	-	tsubame-gaeshi		- tani-otoshi		
		TECHNIQUES AU S	OL (NI	E-WAZA JUDO. JUJ	ITSU)	
		OBILISATIONS EKOMI-WAZA		ÉTRANGLE SHIME-W	MENT	
	– makura-ges			- kata-ha-jime		
		TECHNIQUES DE	DÉFE	ENSE (JUDO- JUJITS	SU)	
Sé	ries A, B et C des A3 = mae-ku B5= hadak	ıbi-dori	- 5	nses : 1 réponse libre Saisie à 2 mains au co Etranglement par l'arr	ou	on d'agression :
NAGE-K te	echniques différen OMI : Contenu ép echniques différen	oreuve : 2x1'30 sur 2 tes minimum ent la durée maximum de		EXERCICES D'API 1 KAKARI-GEIKO de enchainements et ui jugé en tori)) + 1 YA	2' max (« Tori pro _l ke défend libreme	pose des ent » (candidat
⇒ <u>Cadı</u>	re réservé au re	esponsable de COR	<u>G</u> :			
ÉPREUVE	UV2 TECHNI	QUE VALIDÉE :		OUI : 🗖		NON : □
<u>Signature</u>	<u>de chaque j</u>	uge:				
<u>Signature</u>	et cachet du	CORG:				



Code fiche : FEDT – 2H

	:		Date de naissanc N° de licence :	e :	
TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU) IMMOBILISATIONS OSAEKOMI-WAZA - tate-shiho-gatame 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 Défenses: 1 réponse libre à chaque situation d'agression Saisie de face en ceinturant sous les bras Défenses: 1 réponse libre à chaque situation d'agression Saisie de face en ceinturant sous les bras Défenses: 1 réponse libre à chaque situation d'agression Saisie de face en ceinturant sous les bras EXERCICES D'APPLICATION À RÉALISER 1 KAKARI-GEIKO de 2' max (* Tori propose des enchaînements et uke défend librement » (candidat jugé en tori)) + 1 YAKU-SOKU-GEIKO de 2' max (Les temps sont indicatifs et fixent la durée maximum de		DÉMONSTRATION	I AU CHOIX DU CANDIDA	Г	
TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU) IMMOBILISATIONS OSAEKOMI-WAZA - tate-shiho-gatame 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 Défenses: 1 réponse libre à chaque situation d'agression Saisie de face en ceinturant sous les bras Défenses: 1 réponse libre à chaque situation d'agression Saisie de face en ceinturant sous les bras Défenses: 1 réponse libre à chaque situation d'agression Saisie de face en ceinturant sous les bras EXERCICES D'APPLICATION À RÉALISER 1 KAKARI-GEIKO de 2' max (* Tori propose des enchaînements et uke défend librement » (candidat jugé en tori)) + 1 YAKU-SOKU-GEIKO de 2' max (Les temps sont indicatifs et fixent la durée maximum de		d'une technique en nage-	-waza, d'une technique en ne-	-waza et d'une tec	hnique de défei
TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU) IMMOBILISATIONS OSAEKOMI-WAZA - tate-shiho-gatame 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 UCHI-KOMI : Contenu épreuve : 2x1'30 sur 2 techniques différentes minimum NAGE-KOMI : Contenu épreuve : 2x1'30 sur 2 techniques différentes minimum NAGE-KOMI : Contenu épreuve : 2x1'30 sur 2 techniques différentes minimum (Les temps sont indicatifs et fixent la durée maximum de	TEC	INIQUES DE PROJECT	TION (NAGE-WAZA JUDO,	JUJITSU)	
TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU) IMMOBILISATIONS	Γ	KOSHI-WAZA	TE-WAZA		
IMMOBILISATIONS OSAEKOMI-WAZA		tsuri-goshi 📮	– morote-gari		
IMMOBILISATIONS OSAEKOMI-WAZA	<u>-</u>	TECHNIQUES AU SO	L (NE-WAZA JUDO, JUJIT:	SU)	
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 UCHI-KOMI : Contenu épreuve : 2x1'30 sur 2 techniques différentes minimum NAGE-KOMI : Contenu épreuve : 2x1'30 sur 2 techniques différentes minimum (Les temps sont indicatifs et fixent la durée maximum de		10BILISATIONS	ÉTRANGLEM	ENT_	
Séries A, B et C des 20 prédéfinies A5 = yoko-sode-dori B1= mae-dori UCHI-KOMI : Contenu épreuve : 2x1'30 sur 2 techniques différentes minimum NAGE-KOMI : Contenu épreuve : 2x1'30 sur 2 techniques différentes minimum (Les temps sont indicatifs et fixent la durée maximum de	- tate-shiho	gatame 🔲	- okuri-eri-jime		
A5 = yoko-sode-dori B1= mae-dori - Saisie de la manche de côté - Saisie de face en ceinturant sous les bras UCHI-KOMI : Contenu épreuve : 2x1'30 sur 2 techniques différentes minimum NAGE-KOMI : Contenu épreuve : 2x1'30 sur 2 techniques différentes minimum (Les temps sont indicatifs et fixent la durée maximum de		TECHNIQUES DE I	L DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)	_
techniques différentes minimum NAGE-KOMI: Contenu épreuve: 2x1'30 sur 2 techniques différentes minimum (Les temps sont indicatifs et fixent la durée maximum de	A5 = yoko-	ode-dori	- Saisie de la manche de d	côté	d'agression :
	techniques différe GE-KOMI: Contenu techniques différe emps sont indicatifs et f	ntes minimum epreuve : 2x1'30 sur 2 ntes minimum kent la durée maximum de	1 KAKARI-GEIKO de 2' enchainements et uke	max (« Tori propos défend librement	se des » (candidat
⇒ Cadre réservé au responsable de CORG :	Cadre réservé au	responsable de CORG	ì:		
ÉPREUVE UV2 TECHNIQUE VALIDÉE : OUI : 🗆 NON	JVE UV2 TECHN	IQUE VALIDÉE :	OUI : □		NON : □
Signature de chaque juge :	ure de chaque	uge:			
Signature et cachet du CORG :	ure et cachet d	u CORG :			



Code fiche : FEDT – 21

OM : énom : ue :		Date de naissance : N° de licence :	
	DÉMONSTRATION	AU CHOIX DU CANDIDAT	
enu à réaliser : démonstr du candidat <i>(dur</i> ée 5' <i>m</i>		-waza, d'une technique en ne-waza et d'une technique	de défe
	TECHNIQUES DE PROJECT	TION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)	
	KOSHI-WAZA	<u>TE-WAZA</u>	
	– utsuri-goshi 🚨	– kibisu-gaeshi	
	TECHNIQUES AU SO	L (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)	
	ÉTRANGLEMENT SHIME-WAZA	<u>CLÉS AUX COUDES</u> KANSETSU-WAZA	
-	kata-ha-jime	- ude-hishigi-hara-gatame	
		DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)	
A5 = y	C des 20 prédéfinies oko-sode-dori = yoko-dori	Défenses : 1 réponse libre à chaque situation d'agress - Saisie de la manche de côté - Saisie de côté en ceinturant les bras	sion :
techniques of NAGE-KOMI: Control techniques of (Les temps sont indication)	denu épreuve : 2x1'30 sur 2 différentes minimum tenu épreuve : 2x1'30 sur 2 différentes minimum fs et fixent la durée maximum de que exercice)	EXERCICES D'APPLICATION À RÉALISER 2 KAKARI GEIKO de 2' max	
	é au responsable de CORG	<u>ì</u> :	
ÉPREUVE UV2 TEO	CHNIQUE VALIDÉE :	OUI : 🗆 NO	ON : □
Signature de chac	que juge :		



Code fiche: FEDT – 2J

NOM : Prénom : Ligue :		Date de naissance : N° de licence :	
	DÉMONSTRATIO	N AU CHOIX DU CANDIDAT	
ontenu à réaliser noix du candidat (·	e-waza, d'une technique en ne-waza et d'une	technique de défense a
	TECHNIQUES DE PROJEC	CTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)	
	KOSHI-WAZA	SUTEMI-WAZA	
	– ushiro-goshi	-ko-uchi-makikomi	
	TECHNIQUES ALL S	OL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)	
	ÉTRANGLEMENT	CLÉS AUX COUDES	
	SHIME-WAZA	KANSETSU-WAZA	П
	- kata-te-jime 📮	- ude-hishigi-ude-gatame	
	TECHNIQUES DE	: DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)	
Séi	ries A, B et C des 20 prédéfinies B3 = yoko-kubi-dori C5= chudan-mawashi-geri	Défenses : 1 réponse libre à chaque situation - Saisie de côté au cou - Coup de pied circulaire	on d'agression :
	DMI : Contenu épreuve : 2x1'30 sur 2	EXERCICES D'APPLICATION À RI	ÉALISER
NAGE-K	chniques différentes minimum DMI : Contenu épreuve: 2x1'30 sur 2 chniques différentes minimum ont indicatifs et fixent la durée maximum de chaque exercice)	1 KAKARI-GEIKO de 2' max (« Tori prop enchainements et uke défend libreme jugé en tori)) + 1 YAKU-SOKU-GEIKO d	ent » (candidat
⇒ Cadr	e réservé au responsable de COR	PG :	
	UV2 TECHNIQUE VALIDÉE :	OUI : □	NON : □
	de chaque juge :		
<u> Oignature</u>	<u>ac chaque juge</u> .		
<u>Signature</u>	et cachet du CORG :		



Code fiche : FEDT – 2K

IOM : rénom : igue :		Date de naissance : N° de licence :	
	DÉMONSTRATION A	AU CHOIX DU CANDIDAT	
tenu à réaliser : démons ix du candidat (<i>dur</i> ée 5'	- · · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	vaza, d'une technique en ne-waza et d	d'une technique de défens
	TECHNIQUES DE PROJECTI	ON (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSL	J)
	TE-WAZA	ASHI-WAZA	
	- uki-otoshi 🔲	-o-guruma 📮	
	TECHNIQUES AU SOL	(NE-WAZA JUDO, JUJITSU)	_
	ÉTRANGLEMENT	CLÉS AUX COUDES	
	SHIME-WAZA	KANSETSU-WAZA	
-	kata-juji-jime	- ude-hishigi-waki-gatam	ne 🔲
	TECHNIQUES DE D	ÉFENSE (JUDO- JUJITSU)	
В	et C des 20 prédéfinies [1 = mae-dori - dan-mae-geri-kekomi -]	Défenses : 1 réponse libre à chaque s Saisie de face en ceinturant sous Coup de pied direct de face	_
IICHI-KOMI · Co	ntenu épreuve : 2x1'30 sur 2	EXERCICES D'APPLICATION	I À RÉALISER
techniques NAGE-KOMI : Co techniques (Les temps sont indica	s différentes minimum ontenu épreuve : 2x1'30 sur 2 s différentes minimum atifs et fixent la durée maximum de naque exercice)	1 KAKARI-GEIKO de 2' max (« To uke oriente sa défense sur l'esq en uke)) + 1 YAKU-SOKU-GEIKO	ori attaque librement, uive » (candidat jugé
⇒ <u>Cadre réser</u>	vé au responsable de CORG	:	
ÉPREUVE UV2 TI	ECHNIQUE VALIDÉE :	OUI: 🗖	NON : □
Signature de cha	aque juge :		
Signature et cac	het du CORG :		



Code fiche: FEDT – 2L

	DÉMONSTRATION A	AU CHOIX DU CANDIDAT	
du candidat <i>(dur</i> ée 5		aza, d'une technique en ne-waza et d'ur	ne technique de défen
	TECHNIQUES DE PROJECTIO	ON (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)	
	<u>TE-WAZA</u>	ASHI-WAZA	
	- uki-otoshi 🚨	-o-guruma □	
	TECHNIQUES AU SOL	(NE-WAZA JUDO, JUJITSU)	
	<u>ÉTRANGLEMENT</u>	CLÉS AUX COUDES	
	SHIME-WAZA	KANSETSU-WAZA	
-	kata-juji-jime	- ude-hishigi-waki-gatame	
	TECHNIQUES DE DI	ÉFENSE (JUDO- JUJITSU)	
В3	et C des 20 prédéfinies = yoko-kubi-dori .= jodan-oi-tsuki	défenses : 1 réponse libre à chaque situa Saisie de côté au cou Coup de poing direct haut	ation d'agression :
IICHI-KOMI : C	ontenu épreuve : 2x1'30 sur 2	EXERCICES D'APPLICATION À	DÉALISED
technique NAGE-KOMI : Co technique (Les temps sont indice	s différentes minimum ontenu épreuve : 2x1'30 sur 2 s différentes minimum atifs et fixent la durée maximum de haque exercice)	1 KAKARI-GEIKO de 2' max (« Tori a uke oriente sa défense sur l'esquiv en uke)) + 1 YAKU-SOKU-GEIKO de	ittaque librement, e » (candidat jugé
⇔ <u>Cadre rése</u>	vé au responsable de CORG :	,	
ÉPREUVE UV2 T	ECHNIQUE VALIDÉE :	OUI: □	NON : □
Signature de ch	<u>aque juge</u> :		
Signature et cac	chet du CORG :		



Code fiche : FEDT – 2M

OM : énom : ue :	Date de naissance : N° de licence :					
DÉMONSTRATION AU CHOIX DU CANDIDAT Intenu à réaliser : démonstration d'une technique en nage-waza, d'une technique en ne-waza et d'une technique de défer bix du candidat (durée 5' max).						
	KOSHI-WAZA ASHI-	WAZA				
	- hane-goshi - o-soto-guruma					
	TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO,					
	ÉTRANGLEMENT CLÉS A	AUX COUDES ETSU-WAZA				
	- gyaku-juji-jime 🔲 - ude-hish	nigi-juji-gatame 📮				
	TECHNIQUES DE DÉFENSE (JUDO- JU	JJITSU)				
Série	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					
tecl NAGE-KO tecl	chniques différentes minimum MI : Contenu épreuve : 2x1'30 sur 2 chniques différentes minimum 1 KAKARI-GEIKC uke oriente sa d	'APPLICATION À RÉALISER O de 2' max (« Tori attaque librement, défense sur l'esquive » (candidat jugé AKU-SOKU-GEIKO de 2' max				
	e réservé au responsable de CORG : JV2 TECHNIQUE VALIDÉE : OUI :	: □ NON : □				
	de chaque juge :					
<u> </u>	<u>ao anaquo jugo</u> i					
<u>Signature e</u>	et cachet du CORG :					



Code fiche: FEDT – 2N

OM : énom : gue :	Date de naissance : N° de licence :		
	DÉMONSTRATION AU CHOIX DU CANDIDAT		
enu à réaliser : du candidat <i>(d</i>	démonstration d'une technique en nage-waza, d'une technique en ne-waza et d'une technique de défer urée 5' max).		
	TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)		
	KOSHI-WAZA TE-WAZA - hane-goshi □ -sumi-otoshi		
	TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)		
	ÉTRANGLEMENT SHIME-WAZA - hadaka-jime - ude-hishigi-hiza-gatame □		
	nadaka jime a dae nisingi niza gatame		
Séri	es 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		
tec NAGE-KO tec	MI: Contenu épreuve : 2x1'30 sur 2 hniques différentes minimum PMI: Contenu épreuve : 2x1'30 sur 2 hniques différentes minimum 1 KAKARI-GEIKO de 2' max (« Tori propose des enchainements et uke défend librement » (candidat jugé en tori)) + 1 YAKU-SOKU-GEIKO de 2' max chaque exercice)		
⇒ <u>Cadre</u>	e réservé au responsable de CORG :		
ÉPREUVE L	IV2 TECHNIQUE VALIDÉE : OUI : □ NON : □		
Signature o	de chaque juge :		
Signature e	et cachet du CORG :		



Code fiche: FEDT – 20

OM : rénom : gue :	Date de naissance : N° de licence :		
	DÉMONSTRATIO	N AU CHOIX DU CANDIDAT	
tenu à réaliser : x du candidat <i>(d</i>	démonstration d'une technique en nage urée 5' max).	e-waza, d'une technique en ne-waza et	d'une technique de défer
	TECHNIQUES DE PROJEC	TION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSI	J)
	KOSHI-WAZA	TE-WAZA	
	– utsuri-goshi	-kata-guruma	
	TECHNIQUES AU S	DL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)	_
	ÉTRANGLEMENT	CLÉS AUX COUDES	
	SHIME-WAZA - Nami-juji-jime □	KANSETSU-WAZA - ude-garami	ם
	TECHNIQUES DE	DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)	
Séri	es A, B et C des 20 prédéfinies	Défenses : 1 réponse libre à chaque s	situation d'agression :
	A4 = yoko-kubi-dori - Saisie à 2 mains de cô C3= jodan-naname-shuto - Attaque en oblique ave		nant de la main
	•		
	MI: Contenu épreuve : 2x1'30 sur 2	EXERCICES D'APPLICATION	N À RÉALISER
	hniques différentes minimum MI: Contenu épreuve: 2x1'30 sur 2	1 KAKARI-GEIKO de 2' max (« Tori attaque	
tec	nniques différentes minimum	uniquement avec des ashi-waza et uke esquive	
(Les temps so	nt indicatifs et fixent la durée maximum de chaque exercice)	icatifs et fixent la durée maximum de chaque exercice) (candidat jugé en tant que tori)) + 1 YAKU-SOKU-GEIKO de 2' max	
		_	
⇒ <u>Cadre</u>	réservé au responsable de COR	<u>G</u> :	
ÉPREUVE L	V2 TECHNIQUE VALIDÉE :	OUI : 🗆	NON : □
Signature o	<u>le chaque juge</u> :		
Signature e	et cachet du CORG :		
2.0.101010			



Code fiche: FEDT – 2P

OM : énom : ue :	Date de naissance : N° de licence :		
	DÉMONSTRATION	AU CHOIX DU CANDIDAT	
enu à réaliser : du candidat <i>(</i> a	démonstration d'une technique en nage- lurée 5' max).	-waza, d'une technique en ne-waza et d'	'une technique de défe
	TECHNIQUES DE PROJECT	TION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU))
	KOSHI-WAZA	ASHI-WAZA	
	– tsuri-goshi 🗀	o-soto-gaeshi □	
	TECHNIQUES AU SO	L (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)	-
	ÉTRANGLEMENT	CLÉS AUX COUDES	
	SHIME-WAZA - Ashi-gatame-jime	KANSETSU-WAZA - ude-hishigi-juji-gatame	
	TECHNIQUES DE I	<u> </u> DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)	
Séri	es A, B et C des 20 prédéfinies B4 = mae-kubi-dori C1= jodan-oi-tsuki	Défenses : 1 réponse libre à chaque sit - Saisie de face au cou - Coup de poing direct haut	tuation d'agression :
исні-ко	MI : Contenu épreuve : 2x1'30 sur 2	EXERCICES D'APPLICATION	À RÉALISER
NAGE-KO teo	hniques différentes minimum MI : Contenu épreuve : 2x1'30 sur 2 hniques différentes minimum ont indicatifs et fixent la durée maximum de chaque exercice)	1 KAKARI-GEIKO de 2' max (« Tor uke oriente sa défense sur l'esqu en uke)) + 1 YAKU-SOKU-GEIKO	iive » (candidat jugé
⇒ <u>Cadre</u>	e réservé au responsable de CORG	ì:	
ÉPREUVE L	JV2 TECHNIQUE VALIDÉE :	OUI : □	NON : □
Signature o	de chaque juge :		
Signatura (ot apphat du CODC I		
<u>oignature (</u>	et cachet du CORG :		



Code fiche: FEDT – 2Q

OM : énom : gue :	Date de naissance : N° de licence :		
	DÉMONSTRATION	AU CHOIX DU CANDIDAT	
enu à réaliser : du candidat <i>(c</i>	démonstration d'une technique en nage- lurée 5' max).	waza, d'une technique en ne-waza et d'	une technique de défei
	TECHNIQUES DE PROJECT	TION (NAGE-WAZA JUDO, JUJITSU)	
	KOSHI-WAZA	TE-WAZA	
	– tsuri-goshi 🚨	– morote-gari	
	TECHNIQUES AU SO	L (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)	'
	IMMOBILISATIONS	CLÉ AU COUDE	
	<u>OSAEKOMI-WAZA</u>	<u>KANSETSU-WAZA</u>	
	– kuzure-yoko-shiho-gatame 🚨	- Ude-hishigi-sankaku-gatame	
	TECHNIQUES DE I	DÉFENSE (JUDO- JUJITSU)	
Séri	Séries A, B et C des 20 prédéfinies A5 = yoko-sode-dori B1= mae-dori Défenses : 1 réponse libre à chaque situation d'agres - Saisie de la manche de côté - Saisie de face en ceinturant sous les bras		_
NAGE-KC tec	MI: Contenu épreuve: 2x1'30 sur 2 chniques différentes minimum MI: Contenu épreuve: 2x1'30 sur 2 chniques différentes minimum ont indicatifs et fixent la durée maximum de chaque exercice)	EXERCICES D'APPLICATION À RÉALISER 1 KAKARI-GEIKO de 2' max (« Tori propose des enchainements et uke défend librement » (candidat jugé en tori)) + 1 YAKU-SOKU-GEIKO de 2' max	
⇒ <u>Cadre</u>	e réservé au responsable de CORG	ì:	
ÉPREUVE U	JV2 TECHNIQUE VALIDÉE :	OUI : □	NON : □
Signature o	de chaque juge :		
Signature e	et cachet du CORG :		