

3- CONTENU DU 3^{ème} DAN - SANDAN DOMINANTE TECHNIQUE / DOMINANTE COMPÉTITION

Deux voies possibles : la voie dominante compétition ou la voie dominante technique se composent chacune des 4 UV suivantes :

- UV1 : Kata
- UV2 : Technique
- UV3 : Efficacité
- UV 4 : Engagement personnel dans le développement judo jujitsu

L'ordre des épreuves est laissé au libre choix du candidat

A. TABLEAU DES CONDITIONS DE PRESENTATION ET D'HOMOLOGATION

GRADE	Conditions de présentation	Homologation du grade (3 ^{ème} dan)
ANNÉE DE NAISSANCE : Période du 01/09/2020 au 31/08/2021	17 ans révolus	Homologation possible au minimum à 20 ans révolus
DÉLAI MINIMUM DANS LE GRADE PRÉCÉDENT	Présentation possible aux épreuves du 3^{ème} dan dès l'homologation du 2^{ème} dan	3 ans de ceinture noire 2^{ème} dan

B. CONTENU DES ÉPREUVES

LA DOMINANTE COMPÉTITION

UV 1 KATA

Le candidat présente, dans le rôle de tori, le katame-no-kata et le Kodokan-goshin-jitsu en entier.

UV 2 TECHNIQUE

a. Le candidat démontre :

- 3 techniques de son choix en nage-waza, dans 3 directions différentes et dans un contexte dynamique (déplacements, enchaînements ...) (durée 3 minutes minimum)
- 2 techniques de son choix en ne-waza, démontrées à partir de situations de combat (durée 3 minutes minimum)
- des techniques de défense sur saisies, coups, armes (durée 1 minute minimum).

L'ensemble des 3 parties ne devra pas dépasser 9 minutes.

b. Le candidat démontre 6 techniques, après tirage au sort issues de l'annexe 1 (2 en nage-waza, 2 en ne-waza et 2 techniques de défense : réponse libre et adaptée aux attaques imposées des séries A, B, C & D (durée 5 minutes).

Dans le cas où une technique aurait déjà été démontrée dans la partie a), le jury demandera une autre technique issue de l'annexe 1

Cette UV n'est pas fractionnable. Le résultat est donné sur l'appréciation de l'ensemble des 2 épreuves.

UV 3 EFFICACITE

Le candidat devra justifier :

- Soit sur une manifestation, de 5 victoires par ippon ou waza-ari totalisant 44 points au minimum.
- Soit de 120 points marqués en cumul sur plusieurs épreuves.

UV 4 ENGAGEMENT PERSONNEL DANS LE DÉVELOPPEMENT DU JUDO-JUJITSU

Le candidat devra justifier de son implication personnelle dans le développement du judo-jujitsu à l'aide d'une attestation délivrée par le CORG et attestant d'au moins un titre ou une fonction depuis son dernier grade parmi :

Enseignant en exercice, commissaire sportif départemental, arbitre départemental, juge, élu au sein d'un club, bénévole au sein d'un OTD.

Dans le cas où le candidat ne peut répondre à cette exigence, il devra participer à l'encadrement d'une animation ou d'une compétition, se déroulant sur quatre demi-journées, organisées par un OTD dont il dépend.

LA DOMINANTE TECHNIQUE

VOIE RESERVEE AUX CANDIDATS NE(E)S EN 2003 ET AVANT

UV 1 KATA

Le candidat présente, dans le rôle de tori, le katame-no-kata et soit le nage-no-kata, soit le Kodokan-goshin-jitsu.

UV 2 TECHNIQUE

a. Le candidat démontre :

- 3 techniques de son choix en nage-waza, dans 3 directions différentes et dans un contexte dynamique (durée 3 minutes minimum)
- 2 techniques de son choix en ne-waza à partir de situations de combat (durée 3 minutes minimum)
- des techniques de défense sur saisies, coups, armes (durée 1 minute minimum).

L'ensemble des 3 parties ne devra pas dépasser 9 minutes.

b. Le candidat démontre ensuite après tirage au sort, 6 techniques issues de l'annexe 1 (2 en nage-waza, 2 en ne-waza et 2 techniques de défense) : réponse libre et adaptée aux attaques imposées des séries A, B, C & D (durée 5 minutes max).

Dans le cas où une technique aurait déjà été démontrée dans la partie a), le jury demandera une autre technique issue de l'annexe 1.

c. Le candidat démontre, en respectant les consignes d'action données par le coordonnateur de l'épreuve, ses acquis techniques lors :

- d'uchi-komi de 3 fois 1' max sur 3 techniques différentes
- de nage-komi de 2 fois 1' max sur 2 techniques différentes
- de 2 exercices d'application de type kakari-geiko et/ou yaku-soku-geiko de 2' max.

Cette UV n'est pas fractionnable. Le résultat est donné sur l'appréciation de l'ensemble des 3 épreuves.

Les temps ne sont donnés qu'à titre indicatif : ils fixent la durée maximum de chaque exercice mais ne définissent pas de temps minimum.

UV 3 EFFICACITE

Le candidat devra justifier de la possession de 20 points acquis :

- en shiai
- en relation grade-championnat judo jujitsu.

La liste des organisations bénéficiant de la relation grade-championnat figure dans la réglementation à cet effet (partie Relation grade championnat)

Les candidats né(e)s en 1981 et avant, sont dispensés de l'UV 3.

UV 4 ENGAGEMENT PERSONNEL DANS LE DEVELOPPEMENT DU JUDO-JUJITSU

Le candidat devra justifier de son implication personnelle dans le développement du judo-jujitsu à l'aide d'une attestation délivrée par le CORG et attestant d'au moins un titre ou une fonction depuis son dernier grade parmi : enseignant en exercice, commissaire sportif départemental, arbitre départemental, juge, élu au sein d'un club, bénévole au sein d'un OTD.

Dans le cas où le candidat ne peut répondre à cette exigence, il devra participer à l'encadrement d'une animation ou d'une compétition, se déroulant sur quatre demi-journées, organisées par un OTD dont il dépend.

