

PASSAGE POUR LA CEINTURE BLEUE

Tableau de Validation

UV	DATE	VALIDATION (Nom, Prénom, Signature)
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		

- UV 1 Arbitrage Théorie Stage de commissaire sportif ou d'arbitrage (Equivalence Coupe du jeune officiel)
- UV2 Arbitrage Pratique Commissaire sportif ou arbitre
(Animations jeunes, tournoi Jacques Perrin, Coupe de Printemps ...)
- UV3* Tachi-Waza Démonstration libre d'une technique au choix du candidat pendant une minute
(Uchi komi, nage komi, enchaînements...)
3 techniques imposées par le jury, choisies parmi le programme
ci-dessous de Jaune à Bleue
- UV4* Ne-Waza Démonstration libre d'une technique de contrôle au choix du candidat pendant une minute
(liaison debout sol, retournements...)
3 techniques imposées par le jury, choisies parmi le programme
ci-dessous de Jaune à Bleue
- UV5* Kata Le judoka choisit une des propositions suivantes
Nage-no-kata 1 série
Goshin -jitsu les 7 premières techniques
Equivalence Coupe Kata
- UV 6 Jujitsu 1 stage départemental, régional ou 8 entraînements club
- UV 7 Participation Participation à 1 compétition judo, jujitsu ou 16 entraînements club
- UV 8 Vie de club participation organisation manifestation club (Compétitions, Stages,...)

* UV 3,4 et 5: Inscriptions obligatoire 15 jours avant le passage auprès des professeurs (entre 30/10 et le 1/06)

• Programme

	JAUNE	ORANGE	VERTE	BLEUE	MARRON
TACHI - WAZA	IPPON SEIŌ NAGE O GOSHI HIZA GURUMA SASAE TSURI KOMI ASHI O UCHI GARI KO UCHI GARI O SOTO GARI	MOROTE SEOI NAGE TAI OTOSHI KOSHI GURUMA HARAI GOSHI OKURI ASHI BARAI DE ASHI BARAI O SOTO GARI	SODE TSURI KOMI GOSHI UCHI MATA TOMOE NAGE YOKO TOMOE NAGE TANI OTOSHI	KATA GURUMA SUMI GAESHI YOKO GURUMA UKI GOSHI	USHIRO GOSHI UKI OTOSHI URA NAGE
NE- WAZA	YOKO SHIHO GATAME KAMI SHIHO GARAME TATE SHIHO GATAME HON GESA GATAME	KUZURE YOKO SHIHO GATAME KAMI SHIHO GARAME TATE SHIHO GATAME	KATA GATAME	HADAKA JIME KATA JUJI JIME UDE GATAME JUJI GATAME UDE GARAMI	SANKAKU JIME GYAKU JUJI JIME NAMI JUJI JIME HARA GATAME WAKI GATAMI