

PASSAGE DE CEINTURE MARRON

Nom et prénom du candidat.

KIHON	ACQUIS	EN COURS ACQUIS.	NON ACQUIS
• CONNAISSANCES DES TECHNIQUES			
• POSITION			
• PRECISION			
• EFFICACITÉ (VITESSE + PUISSANCE)			

TRAVAIL SUR CIBLE	ACQUIS	EN COURS ACQUIS.	NON ACQUIS
• POSITIONNEMENT (distance, déplacements)			
• EXECUTION			
• EFFICACITÉ			

MAKOTO NICE

KATA	ACQUIS	EN COURS ACQUIS.	NON ACQUIS
• KATA 1			
• KATA 2			

KIHON IPPON	ACQUIS	EN COURS ACQUIS.	NON ACQUIS
• MISE EN GARDE/ATTITUDE			
• DISTANCES			
• POSITIONS			
• CHOIX DES TECHNIQUES			
• EFFICACITÉ			

KUMITE (combat)	ACQUIS	EN COURS ACQUIS.	NON ACQUIS
• BLOCAGES + CONTRE			
• ESQUIVE (SORTIR DE L'AXE)			
• FEINTES			
• TIMING (SEN NO SEN)			

DECISION (Validée/non validée)	OBSERVATIONS