PASSAGE DE GRADE 2024 / 2025 - MODALITES

→ **Pour les POUSSINETS (2017-2018) :** Les techniques demandées pour la nouvelle ceinture seront révisées pendant les cours.

Le passage des grades s déroulera pendant tout le mois de Juin.

Techniques à travailler pour le passage de la ceinture en fonction de son cours :

	CHUTES			TACHI WAZA								NE WAZA					TRAVAIL AU SOL	
	ARRIERE	AVANT	LATERALE	KUBI NAGE	IPPON OTOSHI	O GOSHI	MOROTE SEOI NAGE	KO SOTO GARI	TAI OTOSHI	O SOTO GARI	O UCHI GARI	HON GESA GATAME	KUZURE HON GESA GATAME	YOKO SHIHO GATAME	KAMI SHIHO GATAME	TATE SHIHO GATAME	Sortie d' immobilisation	Renversement
Poussinets Gradés (Lundi 17h45 – 18h45)	**OUI**	**OUI**	**OUI**	**OUI**	**OUI**	**OUI**	**OUI**	**OUI**	**NON**	**NON**	**OUI**	**OUI**	**OUI**	**OUI**	**OUI**	**OUI**	**OUI**	**OUI**
Poussinets arrivant du Baby (Mercredi 11h-12h) Avec Julie	**OUI**	**OUI**	**OUI**	**OUI**	**OUI**	**OUI**	**OUI**	**OUI**	**NON**	**NON**	**OUI**	**OUI**	**OUI**	**OUI**	**OUI**	**OUI**	**OUI**	**OUI**
Poussinets Débutants (Mercredi 11h30-12h30) Avec Sébastien	**OUI**	**OUI**	**OUI**	**NON**	**OUI**	**OUI**	**NON**	**OUI**	**OUI**	**OUI**	**OUI**	**OUI**	**OUI**	**OUI**	**OUI**	**OUI**	**OUI**	**OUI**
				4 techniques tirées au sort pour les gradés								**3 techniques tirées au sort pour les gradés**						
				3 techniques tirées au sort pour les gradés								**2 techniques tirées au sort pour arrivant du baby et Débutants**						

→ **Pour les POUSSINS / BENJAMINS / MINIMES :** Les techniques demandées lors du passage seront à choisir par les enfants en fonction des exigences de son grade à obtenir.

Exemple passage ceinture Orange :

		CHUTES			BLANCHE / JAUNE						JAUNE				JAUNE / ORANGE				ORANGE			ORANGE / VERTE				VERTE				BLEU				MARRON					OSAEKOMI WAZA							TRAVAIL AU SOL	
NOM - PRENOM	GRADE	ARRIERE	LATERAL	AVANT	O GOSHI	KUBI NAGE	IPPON SEOI NAGE	O SOTO GARI	KO UCHI GARI	HIZA GURUMA	DE ASHI BARAI	MOROTE SEOI NAGE	TAI OTOSHI	O UCHI GARI	SASAE TSURI KOMI ASHI	HARAI GOSHI	KO SOTO GARI	OKURI ASHI BARAI	KOSHI GURUMA	ERI SEOI NAGE	KO SOTO GAKE	UCHI MATA	O SOTO OTOSHI	TSURI KOMI GOSHI	SODE TSURI KOMI GOSHI	TOME NAGE	TANI OTOSHI	UKI OTOSHI	SANKAKU JIME	SUMI GAESHI	SOTO MAKIKOMO	O SOTO GURUMA	JUJI GATAME	HANE GOSHI	UKI WAZA	KATA GURUMA	HADAKA JIME	UDE GARAMI	HON GESA GATAME	YOKO SHIHO GATAME	KAMI SHIHO GATAME	TATE SHIHO GATAME	KUZURE GESA GATAME	USHIRO GESA GATAME (orange)	KATA GATAME (verte)	SORTIE D'IMMOBILISATION	RENVERSMENT
Julie	Orange	X	X	X	X		X	X		X		X		X		X		X	X	X																			X		X	X		X		X	X X
Technique à choisir					4 Techniques						2 Techniques				2 Techniques				2 Techniques			2 Techniques				2 Techniques				2 Techniques				2 Techniques					4 techniques							2 Techniques de renversement	