



Ceinture Noire 3ème Dan - SAN DAN

Dominante Compétition

U.V. 1 KATA

KATAME NO KATA & KODOKAN GOSHIN JITSU

En entier

Dans le rôle de Tori

U.V. 3 T.E.C (Shiai)

(Inscriptions sur extranet)

Le candidat devra justifier :

- Sur une manifestation, de 5 victoires consécutives par Ippon ou Waza Ari totalisant 44 points au minimum,
- De 120 points marqués en cumul sur plusieurs épreuves.

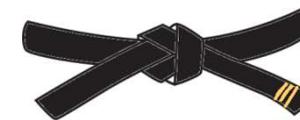


U.V. 4 Engagement Personnel dans le développement du Judo-Jujitsu

Le candidat devra justifier de son implication personnelle dans le développement du Judo à l'aide d'une attestation délivrée par la 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 contraire, il devra participer à l'encadrement sur 4 demi-journées d'une animation du comité.



U.V.2 Epreuves Techniques

Partie A durée 9 minutes max

Démonstration technique :

- 3 techniques en nage waza , dans 3 directions différentes et dans un contexte dynamique (3')
- 2 techniques en ne waza, démontrées à partir de situations de combat (3')
- des techniques de défense sur saisies, coups, armes (1' minimum)

Partie B durée 5 minutes

Le candidat démontre, après tirage au sort, 6 Techniques de l'annexe 1 : **2 en Nage Waza, 2 en Ne Waza, 2 Techniques de Self Défense.**

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

Pour la partie, techniques de défense, le candidat nommera les techniques qu'il a choisies et qui viennent en réponse libre et adaptée aux situations d'agression qu'il aura tirées au sort dans les séries A, B, C et D des 20 attaques de défenses imposées Jujitsu annexe 1

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