



CEINTURE NOIRE

Fiche suivi d'examen

1er DAN
FSTJ

Lieu et date :

Nom et prénom :

MAITRISER LE TAI-JITSU

Expert, responsable de l'examen

M° Jean-Pierre Clément 6ème dan

Programme technique du 5ème aux 1er kyu

Contrôleur commission technique

		Appréciation globale				Visa
		- <input type="checkbox"/>	+/- <input type="checkbox"/>	+ <input type="checkbox"/>	++ <input type="checkbox"/>	
1. Ukemis waza et tai sabaki (toutes formes, y compris spéciales)	randori phase active	- <input type="checkbox"/>	+/- <input type="checkbox"/>	+ <input type="checkbox"/>	++ <input type="checkbox"/>	
2. Défenses sur saisie des poignets		- <input type="checkbox"/>	+/- <input type="checkbox"/>	+ <input type="checkbox"/>	++ <input type="checkbox"/>	
3. Défenses sur tous les étranglements		- <input type="checkbox"/>	+/- <input type="checkbox"/>	+ <input type="checkbox"/>	++ <input type="checkbox"/>	
4. Défenses contre attaques au couteau		- <input type="checkbox"/>	+/- <input type="checkbox"/>	+ <input type="checkbox"/>	++ <input type="checkbox"/>	
5. Défenses sur saisie des revers		- <input type="checkbox"/>	+/- <input type="checkbox"/>	+ <input type="checkbox"/>	++ <input type="checkbox"/>	
6. Défenses sur ceinture du torse		- <input type="checkbox"/>	+/- <input type="checkbox"/>	+ <input type="checkbox"/>	++ <input type="checkbox"/>	
7. Défenses sur saisie des cheveux		- <input type="checkbox"/>	+/- <input type="checkbox"/>	+ <input type="checkbox"/>	++ <input type="checkbox"/>	
8. Défenses sur saisie au col		- <input type="checkbox"/>	+/- <input type="checkbox"/>	+ <input type="checkbox"/>	++ <input type="checkbox"/>	
9. Défenses sur attaque au bâton		- <input type="checkbox"/>	+/- <input type="checkbox"/>	+ <input type="checkbox"/>	++ <input type="checkbox"/>	
10. Défenses sur menace au pistolet		- <input type="checkbox"/>	+/- <input type="checkbox"/>	+ <input type="checkbox"/>	++ <input type="checkbox"/>	
11. Esquives de base : avant, latérale, enroulée, intérieure		- <input type="checkbox"/>	+/- <input type="checkbox"/>	+ <input type="checkbox"/>	++ <input type="checkbox"/>	
12. Nage waza de ashi barai eri seo nage harai goshi hiza guruma ippon seo nage kata guruma ko soto gake ko soto gari koshi guruma morote seo nage o goshi uki goshi o soto gari o soto otoshi okuri ashi barai sasae tsuri komi ashi sode tsuri komi goshi tai otoshi tsuki nage uki waza yoko otoshi tani otoshi		- <input type="checkbox"/>	+/- <input type="checkbox"/>	+ <input type="checkbox"/>	++ <input type="checkbox"/>	
		- <input type="checkbox"/>	+/- <input type="checkbox"/>	+ <input type="checkbox"/>	++ <input type="checkbox"/>	
		- <input type="checkbox"/>	+/- <input type="checkbox"/>	+ <input type="checkbox"/>	++ <input type="checkbox"/>	
13. Osaе komi waza on gesa gatame kuzure gesa gatame kata gatame tate shio gatame yoko shio gatame kami shio gatame		- <input type="checkbox"/>	+/- <input type="checkbox"/>	+ <input type="checkbox"/>	++ <input type="checkbox"/>	
		- <input type="checkbox"/>	+/- <input type="checkbox"/>	+ <input type="checkbox"/>	++ <input type="checkbox"/>	
14. Shime waza nami juji jime gyaku juji jime kata juji jime hadaka jime kata ha jime okuri eri jime rio te jime morote jime sode guruma jime tsukkomi jime kata te jime ashi gatame jime		- <input type="checkbox"/>	+/- <input type="checkbox"/>	+ <input type="checkbox"/>	++ <input type="checkbox"/>	
		- <input type="checkbox"/>	+/- <input type="checkbox"/>	+ <input type="checkbox"/>	++ <input type="checkbox"/>	
15. Kansetsu waza ude garami juji gatame ude gatame hiza gatame waki gatame hara gatame		- <input type="checkbox"/>	+/- <input type="checkbox"/>	+ <input type="checkbox"/>	++ <input type="checkbox"/>	
		- <input type="checkbox"/>	+/- <input type="checkbox"/>	+ <input type="checkbox"/>	++ <input type="checkbox"/>	
16. Kata Kata d'esquive		- <input type="checkbox"/>	+/- <input type="checkbox"/>	+ <input type="checkbox"/>	++ <input type="checkbox"/>	
		- <input type="checkbox"/>	+/- <input type="checkbox"/>	+ <input type="checkbox"/>	++ <input type="checkbox"/>	
17. Vocabulaire technique japonais, règle et histoire du tai-jitsu, démos didactiques de points du programme		- <input type="checkbox"/>	+/- <input type="checkbox"/>	+ <input type="checkbox"/>	++ <input type="checkbox"/>	

EXAMEN REUSSI OUI NON
PROCHAINE TENTATIVE OUI NON

TAMPON ET VISA DE L'EXPERT

Jean-Pierre Clément

CERTIFICATION FSTJ, VISA COMMISSION TECHNIQUE

VISA PRESIDENT FSTJ

Laurent Husson