



PRÉCISIONS SUR LES REMARQUES FORMULEES LORS DE LA PRÉSENTATION DU PROGRAMME GRADE DU 18 MARS 2018 DEMONTREE PAR Mr BERNARD TAMBOUR

Nous remarquons que beaucoup de réponses aux différentes questions posées se retrouvent dans le document RÉFÉRENTIEL, nous ne pouvons que vous inviter à le lire.

- ❖ **NAGE-NO-KATA** (Pas de remarque lors de la démonstration)
 - Nous souhaitons une plus grande attention sur l'attitude et le cérémonial.
 - Veiller à la tenue vestimentaire des judokas
 - Le candidat peut être appelé à exécuter le rôle d'Uke (pas pour les plus de 50 ans) dans **les 3 groupes** (voir page 10 du Référentiel)
- ❖ **NAGE-WAZA**
 - La technique doit être démontrée dans un premier temps en statique et avec **tous** les critères et ensuite DEUX opportunités en déplacement (Voir page 11 du Référentiel)
- ❖ **UCHI-KOMI**
 - Démontrer la technique demandée en statique puis peut se faire en déplacement. (voir page 11 du Référentiel)
 - La technique demandée DOIT être vue dans l'exercice, les différents piliers de la technique doivent être démontrés (Tsukuri – Kuzushi -). (voir page 11 du Référentiel)
- ❖ **NAGE-KOMI**
 - Démontrer les techniques demandées par le Jury, en déplacement et avec une bonne occupation de la surface allouée. Les déplacements doivent être plus lents que le Kake, les différents piliers de la technique doivent être démontrés (Tsukuri – Kuzushi – Kake). (Voir page 11 du Référentiel)
- ❖ **KATAME-WAZA**
 - OSAEKOMI**
 - Deux opportunités d'entrées différentes, avec plusieurs actions de dégagements d'Uke dans chaque opportunité (voir page 9 du Référentiel)
 - SHIME WAZA & KANSETSU WAZA**
 - 2 techniques dans des positions différentes avec 2 variantes

Merci de votre participation active et votre compréhension à l'élaboration de ces documents