



ANIMATION BENJAMINS N°2

NOM :

Zone A

PRENOM :

Ceinture minimum : jaune orange

CLUB :

POIDS :

NE WAZA			
UKE à 4 pattes, TORI retourne et immobilise	/10		/ 35
UKE à 4 pattes défend, TORI essaye d'immobiliser	/10		
Attitude de uke	/5		
Un assis, un entre les jambes yaku soku geiko au sol 2x1'	/10		
Sous-total sur 35 :			/35
NAGE WAZA			
5 uchi komi sur technique avant et donner le nom de la technique	/10		/20
5 uchi komi sur technique arrière et donner le nom de la technique	/10		
Yaku Soku Geiko debout 1'30" faire chuter à tour de rôle	/10		/ 15
Attitude de uke	/5		
Sous-total sur 35 :			/35
RANDORIS			
Points comptabilisés seulement pour le vainqueur Arret du combat au 1er Ippon			
n°1	2'		/10
n°2	2'		/10
n°3	2'		/10
Sous-total sur 30 :			/30
TOTAL :			/100



ANIMATION BENJAMINS N°2

NOM :

Zone A

PRENOM :

Ceinture minimum : jaune orange

CLUB :

POIDS :

NE WAZA			
UKE à 4 pattes, TORI retourne et immobilise	/10		/ 35
UKE à 4 pattes défend, TORI essaye d'immobiliser	/10		
Attitude de uke	/5		
Un assis, un entre les jambes yaku soku geiko au sol 2x1'	/10		
Sous-total sur 35 :			/35
NAGE WAZA			
5 uchi komi sur technique avant et donner le nom de la technique	/10		/20
5 uchi komi sur technique arrière et donner le nom de la technique	/10		
Yaku Soku Geiko debout 1'30" faire chuter à tour de rôle	/10		/ 15
Attitude de uke	/5		
Sous-total sur 35 :			/35
RANDORIS			
Points comptabilisés seulement pour le vainqueur Arret du combat au 1er Ippon			
n°1	2'		/10
n°2	2'		/10
n°3	2'		/10
Sous-total sur 30 :			/30
TOTAL :			/100