

Objectif ceinture noire 2 Dan

Dominante compétition - 15 ans révolus - ordre des épreuves libre



U.V. 1 : KATA

Nage no kata en entier dans le rôle de Tori

S. 15/11/25 - Loudéac (22)

S. 17/01/26 - St Aubin d'Aubigné (35)

S. 13/06/26 - Brest (29)

U.V. 2 : TECHNIQUE

A- Démonstration 1 technique en nage waza, 1 en ne waza et 1 de défense au choix dans un contexte dynamique 5' max

*B- Démonstration de 2 techniques en nage waza, 2 en ne waza et 2 techniques de défense issues de l'annexe 1. 5' max
> technique de défense libre et adaptée (en réponse aux attaques imposées de la série C)*

D. 04/01/26 - Bain de Bretagne (35)

infos à venir...

U.V. 3 : EFFICACITE

- Sur 1 manifestation : 5 victoires consécutives totalisant 44 pts au minimum.
- Sur plusieurs manifestations : 100 pts

> Total des points visible sur l'espace licencié personnel France Judo

D. 16/11/25 - Loudéac (22)

D. 18/01/26 - St Aubin d'Aubigné (35)

D. 14/06/26 - Brest (29)

U.V. 4 : ENGAGEMENT PERSONNEL

- 1 stage théorique ou 1 pratique en tant qu'arbitre

D. 04/01/26 - stage théorique
Bain de Bretagne (35)

Sur les Shiai bretons : auto-arbitrage compte pour une pratique

D. 16/11/25 - Loudéac (22)

D. 18/01/26 - St Aubin d'Aubigné (35)

D. 14/06/26 - Brest (29)

INSCRIPTION

Par mail, auprès de Jean-Paul ou Charly minimum 4 semaines avant l'épreuve
Pour l'U.V.3, pensez à indiquer votre poids

HOMOLOGATION

Au minimum à 17 ans révolus + 1 an de ceinture noire 1 Dan
30€ via Helloasso sur le site de la Ligue de Bretagne de Judo

Plus d'infos sur l'agenda du club :



www-cpb-rennes-judo.ffjudo.com

LEVREL Jean-Paul

Tel : 06 23 15 62 05

jplevrel@cerclepaulbert.asso.fr

MENUET Charly

Tel : 06 71 26 77 95

charly.menuet@cerclepaulbert.asso.fr