

Date:,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,, Nom:,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,, Prénom:,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,

Techniques	Placement	Déséquilibre	Projection	Contôle	Note /10
O Soto Gari					
O Soto Otoshi					
Ippon Seoï Nage					
Morote Seoï Nage					
Morote Seoï Otoshi					
Taï Otoshi					
O Uchi Gari					
Ko Uchi Gari					
Haraï Goshi					
Sode Tsurì Komi Goshi					
De Ashi Baraï					
Ko Soto Gari					
Ko Soto Gake					
Eri Seoï Nage					
Eri Seoï Otoshi					
Uchi Mata Ashi					
Uchi Mata Goshi					
Hane Goshi					
Te Guruma					
Tani Otoshi					
Sumi Gaeshi (Garde Croisée)					
Tomoe Nage					
<i>Kami Shio Gatame</i>					
<i>1e / 2e Kuzure Kami Shio Gatame</i>					
<i>Yoko Shio Gatame</i>					
<i>1e / 2e Kuzure Yoko Shio Gatame</i>					
<i>On Gesa Gatame</i>					
<i>Kuzure Gesa Gatame</i>					
<i>Tate Shio Gatame</i>					
<i>Kuzure Tate Shio Gatame</i>					
<i>Ushiro Gesa Gatame</i>					
<i>Kata Gatame</i>					
<i>Makura Gesa Gatame</i>					
Etranglements	Placement	Contrôle	Note /10		
Hadaka Jime					
Okuri Eri Jime					
Kata Ha Jime					
Gyaku Juji Jime					
Nami Juji Jime					
Kata Juji Jime					
Sankaku Juji Jime					

Date:,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,, Nom:,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,, Prénom:,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,

Techniques	Placement	Déséquilibre	Projection	Contôle	Note /10
O Soto Gari					
O Soto Otoshi					
Ippon Seoï Nage					
Morote Seoï Nage					
Morote Seoï Otoshi					
Taï Otoshi					
O Uchi Gari					
Ko Uchi Gari					
Haraï Goshi					
Sode Tsurì Komi Goshi					
De Ashi Baraï					
Ko Soto Gari					
Ko Soto Gake					
Eri Seoï Nage					
Eri Seoï Otoshi					
Uchi Mata Ashi					
Uchi Mata Goshi					
Hane Goshi					
Te Guruma					
Tani Otoshi					
Sumi Gaeshi (Garde Croisée)					
Tomoe Nage					
<i>Kami Shio Gatame</i>					
<i>1e / 2e Kuzure Kami Shio Gatame</i>					
<i>Yoko Shio Gatame</i>					
<i>1e / 2e Kuzure Yoko Shio Gatame</i>					
<i>On Gesa Gatame</i>					
<i>Kuzure Gesa Gatame</i>					
<i>Tate Shio Gatame</i>					
<i>Kuzure Tate Shio Gatame</i>					
<i>Ushiro Gesa Gatame</i>					
<i>Kata Gatame</i>					
<i>Makura Gesa Gatame</i>					
Etranglements	Placement	Contrôle	Note /10		
Hadaka Jime					
Okuri Eri Jime					
Kata Ha Jime					
Gyaku Juji Jime					
Nami Juji Jime					
Kata Juji Jime					
Sankaku Juji Jime					

Date:,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,, Nom:,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,, Prénom:,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,

Techniques	Placement	Déséquilibre	Projection	Contôle	Note /10
O Soto Gari					
O Soto Otoshi					
Ippon Seoï Nage					
Morote Seoï Nage					
Morote Seoï Otoshi					
Taï Otoshi					
O Uchi Gari					
Ko Uchi Gari					
Haraï Goshi					
Sode Tsurì Komi Goshi					
De Ashi Baraï					
Ko Soto Gari					
Ko Soto Gake					
Eri Seoï Nage					
Eri Seoï Otoshi					
Uchi Mata Ashi					
Uchi Mata Goshi					
Hane Goshi					
Te Guruma					
Tani Otoshi					
Sumi Gaeshi (Garde Croisée)					
Tomoe Nage					
<i>Kami Shio Gatame</i>					
<i>1e / 2e Kuzure Kami Shio Gatame</i>					
<i>Yoko Shio Gatame</i>					
<i>1e / 2e Kuzure Yoko Shio Gatame</i>					
<i>On Gesa Gatame</i>					
<i>Kuzure Gesa Gatame</i>					
<i>Tate Shio Gatame</i>					
<i>Kuzure Tate Shio Gatame</i>					
<i>Ushiro Gesa Gatame</i>					
<i>Kata Gatame</i>					
<i>Makura Gesa Gatame</i>					
Etranglements	Placement	Contrôle	Note /10		
Hadaka Jime					
Okuri Eri Jime					
Kata Ha Jime					
Gyaku Juji Jime					
Nami Juji Jime					
Kata Juji Jime					
Sankaku Juji Jime					

Date:,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,, Nom:,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,, Prénom:,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,

Techniques	Placement	Déséquilibre	Projection	Contôle	Note /10
O Soto Gari					
O Soto Otoshi					
Ippon Seoï Nage					
Morote Seoï Nage					
Morote Seoï Otoshi					
Taï Otoshi					
O Uchi Gari					
Ko Uchi Gari					
Haraï Goshi					
Sode Tsurì Komi Goshi					
De Ashi Baraï					
Ko Soto Gari					
Ko Soto Gake					
Eri Seoï Nage					
Eri Seoï Otoshi					
Uchi Mata Ashi					
Uchi Mata Goshi					
Hane Goshi					
Te Guruma					
Tani Otoshi					
Sumi Gaeshi (Garde Croisée)					
Tomoe Nage					
<i>Kami Shio Gatame</i>					
<i>1e / 2e Kuzure Kami Shio Gatame</i>					
<i>Yoko Shio Gatame</i>					
<i>1e / 2e Kuzure Yoko Shio Gatame</i>					
<i>On Gesa Gatame</i>					
<i>Kuzure Gesa Gatame</i>					
<i>Tate Shio Gatame</i>					
<i>Kuzure Tate Shio Gatame</i>					
<i>Ushiro Gesa Gatame</i>					
<i>Kata Gatame</i>					
<i>Makura Gesa Gatame</i>					
Etranglements	Placement	Contrôle	Note /10		
Hadaka Jime					
Okuri Eri Jime					
Kata Ha Jime					
Gyaku Juji Jime					
Nami Juji Jime					
Kata Juji Jime					
Sankaku Juji Jime					

Date:,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,, Nom:,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,, Prénom:,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,

Techniques	Placement	Déséquilibre	Projection	Contôle	Note /10
O Soto Gari					
O Soto Otoshi					
Ippon Seoï Nage					
Morote Seoï Nage					
Morote Seoï Otoshi					
Taï Otoshi					
O Uchi Gari					
Ko Uchi Gari					
Haraï Goshi					
Sode Tsurì Komi Goshi					
De Ashi Baraï					
Ko Soto Gari					
Ko Soto Gake					
Eri Seoï Nage					
Eri Seoï Otoshi					
Uchi Mata Ashi					
Uchi Mata Goshi					
Hane Goshi					
Te Guruma					
Tani Otoshi					
Sumi Gaeshi (Garde Croisée)					
Tomoe Nage					
<i>Kami Shio Gatame</i>					
<i>1e / 2e Kuzure Kami Shio Gatame</i>					
<i>Yoko Shio Gatame</i>					
<i>1e / 2e Kuzure Yoko Shio Gatame</i>					
<i>On Gesa Gatame</i>					
<i>Kuzure Gesa Gatame</i>					
<i>Tate Shio Gatame</i>					
<i>Kuzure Tate Shio Gatame</i>					
<i>Ushiro Gesa Gatame</i>					
<i>Kata Gatame</i>					
<i>Makura Gesa Gatame</i>					
Etranglements	Placement	Contrôle	Note /10		
Hadaka Jime					
Okuri Eri Jime					
Kata Ha Jime					
Gyaku Juji Jime					
Nami Juji Jime					
Kata Juji Jime					
Sankaku Juji Jime					

Total Note / 10

Moyenne

Date:,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,, Nom:,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,, Prénom:,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,

Techniques	Placement	Déséquilibre	Projection	Contôle	Note /10
O Soto Gari					
O Soto Otoshi					
Ippon Seoï Nage					
Morote Seoï Nage					
Morote Seoï Otoshi					
Taï Otoshi					
O Uchi Gari					
Ko Uchi Gari					
Haraï Goshi					
Sode Tsurì Komi Goshi					
De Ashi Baraï					
Ko Soto Gari					
Ko Soto Gake					
Eri Seoï Nage					
Eri Seoï Otoshi					
Uchi Mata Ashi					
Uchi Mata Goshi					
Hane Goshi					
Te Guruma					
Tani Otoshi					
Sumi Gaeshi (Garde Croisée)					
Tomoe Nage					
<i>Kami Shio Gatame</i>					
<i>1e / 2e Kuzure Kami Shio Gatame</i>					
<i>Yoko Shio Gatame</i>					
<i>1e / 2e Kuzure Yoko Shio Gatame</i>					
<i>On Gesa Gatame</i>					
<i>Kuzure Gesa Gatame</i>					
<i>Tate Shio Gatame</i>					
<i>Kuzure Tate Shio Gatame</i>					
<i>Ushi-ro Gesa Gatame</i>					
<i>Kata Gatame</i>					
<i>Makura Gesa Gatame</i>					
Etranglements	Placement	Contrôle	Note /10		
Hadaka Jime					
Okuri Eri Jime					
Kata Ha Jime					
Gyaku Juji Jime					
Nami Juji Jime					
Kata Juji Jime					
Sankaku Juji Jime					

Date:,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,, Nom:,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,, Prénom:,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,

Techniques	Placement	Déséquilibre	Projection	Contôle	Note /10
O Soto Gari					
O Soto Otoshi					
Ippon Seoï Nage					
Morote Seoï Nage					
Morote Seoï Otoshi					
Taï Otoshi					
O Uchi Gari					
Ko Uchi Gari					
Haraï Goshi					
Sode Tsurì Komi Goshi					
De Ashi Baraï					
Ko Soto Gari					
Ko Soto Gake					
Eri Seoï Nage					
Eri Seoï Otoshi					
Uchi Mata Ashi					
Uchi Mata Goshi					
Hane Goshi					
Te Guruma					
Tani Otoshi					
Sumi Gaeshi (Garde Croisée)					
Tomoe Nage					
<i>Kami Shio Gatame</i>					
<i>1e / 2e Kuzure Kami Shio Gatame</i>					
<i>Yoko Shio Gatame</i>					
<i>1e / 2e Kuzure Yoko Shio Gatame</i>					
<i>On Gesa Gatame</i>					
<i>Kuzure Gesa Gatame</i>					
<i>Tate Shio Gatame</i>					
<i>Kuzure Tate Shio Gatame</i>					
<i>Ushi-ro Gesa Gatame</i>					
<i>Kata Gatame</i>					
<i>Makura Gesa Gatame</i>					
Etranglements	Placement	Contrôle	Note /10		
Hadaka Jime					
Okuri Eri Jime					
Kata Ha Jime					
Gyaku Juji Jime					
Nami Juji Jime					
Kata Juji Jime					
Sankaku Juji Jime					

Date:,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,, Nom:,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,, Prénom:,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,

Techniques	Placement	Déséquilibre	Projection	Contôle	Note /10
O Soto Gari					
O Soto Otoshi					
Ippon Seoï Nage					
Morote Seoï Nage					
Morote Seoï Otoshi					
Taï Otoshi					
O Uchi Gari					
Ko Uchi Gari					
Haraï Goshi					
Sode Tsurì Komi Goshi					
De Ashi Baraï					
Ko Soto Gari					
Ko Soto Gake					
Eri Seoï Nage					
Eri Seoï Otoshi					
Uchi Mata Ashi					
Uchi Mata Goshi					
Hane Goshi					
Te Guruma					
Tani Otoshi					
Sumi Gaeshi (Garde Croisée)					
Tomoe Nage					
<i>Kami Shio Gatame</i>					
<i>1e / 2e Kuzure Kami Shio Gatame</i>					
<i>Yoko Shio Gatame</i>					
<i>1e / 2e Kuzure Yoko Shio Gatame</i>					
<i>On Gesa Gatame</i>					
<i>Kuzure Gesa Gatame</i>					
<i>Tate Shio Gatame</i>					
<i>Kuzure Tate Shio Gatame</i>					
<i>Ushi-ro Gesa Gatame</i>					
<i>Kata Gatame</i>					
<i>Makura Gesa Gatame</i>					
Etranglements	Placement	Contrôle	Note /10		
Hadaka Jime					
Okuri Eri Jime					
Kata Ha Jime					
Gyaku Juji Jime					
Nami Juji Jime					
Kata Juji Jime					
Sankaku Juji Jime					

Date:,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,, Nom:,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,, Prénom:,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,

Techniques	Placement	Déséquilibre	Projection	Contôle	Note /10
O Soto Gari					
O Soto Otoshi					
Ippon Seoï Nage					
Morote Seoï Nage					
Morote Seoï Otoshi					
Taï Otoshi					
O Uchi Gari					
Ko Uchi Gari					
Haraï Goshi					
Sode Tsurì Komi Goshi					
De Ashi Baraï					
Ko Soto Gari					
Ko Soto Gake					
Eri Seoï Nage					
Eri Seoï Otoshi					
Uchi Mata Ashi					
Uchi Mata Goshi					
Hane Goshi					
Te Guruma					
Tani Otoshi					
Sumi Gaeshi (Garde Croisée)					
Tomoe Nage					
<i>Kami Shio Gatame</i>					
<i>1e / 2e Kuzure Kami Shio Gatame</i>					
<i>Yoko Shio Gatame</i>					
<i>1e / 2e Kuzure Yoko Shio Gatame</i>					
<i>On Gesa Gatame</i>					
<i>Kuzure Gesa Gatame</i>					
<i>Tate Shio Gatame</i>					
<i>Kuzure Tate Shio Gatame</i>					
<i>Ushi-ro Gesa Gatame</i>					
<i>Kata Gatame</i>					
<i>Makura Gesa Gatame</i>					
Etranglements	Placement	Contrôle	Note /10		
Hadaka Jime					
Okuri Eri Jime					
Kata Ha Jime					
Gyaku Juji Jime					
Nami Juji Jime					
Kata Juji Jime					
Sankaku Juji Jime					

Date:,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,, Nom:,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,, Prénom:,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,

Techniques	Placement	Déséquilibre	Projection	Contôle	Note /10
O Soto Gari					
O Soto Otoshi					
Ippon Seoï Nage					
Morote Seoï Nage					
Morote Seoï Otoshi					
Taï Otoshi					
O Uchi Gari					
Ko Uchi Gari					
Haraï Goshi					
Sode Tsurì Komi Goshi					
De Ashi Baraï					
Ko Soto Gari					
Ko Soto Gake					
Eri Seoï Nage					
Eri Seoï Otoshi					
Uchi Mata Ashi					
Uchi Mata Goshi					
Hane Goshi					
Te Guruma					
Tani Otoshi					
Sumi Gaeshi (Garde Croisée)					
Tomoe Nage					
<i>Kami Shio Gatame</i>					
<i>1e / 2e Kuzure Kami Shio Gatame</i>					
<i>Yoko Shio Gatame</i>					
<i>1e / 2e Kuzure Yoko Shio Gatame</i>					
<i>On Gesa Gatame</i>					
<i>Kuzure Gesa Gatame</i>					
<i>Tate Shio Gatame</i>					
<i>Kuzure Tate Shio Gatame</i>					
<i>Ushi-ro Gesa Gatame</i>					
<i>Kata Gatame</i>					
<i>Makura Gesa Gatame</i>					
Etranglements	Placement	Contrôle	Note /10		
Hadaka Jime					
Okuri Eri Jime					
Kata Ha Jime					
Gyaku Juji Jime					
Nami Juji Jime					
Kata Juji Jime					
Sankaku Juji Jime					

Date:,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,, Nom:,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,, Prénom:,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,

Techniques	Placement	Déséquilibre	Projection	Contôle	Note /10
O Soto Gari					
O Soto Otoshi					
Ippon Seoï Nage					
Morote Seoï Nage					
Morote Seoï Otoshi					
Taï Otoshi					
O Uchi Gari					
Ko Uchi Gari					
Haraï Goshi					
Sode Tsurì Komi Goshi					
De Ashi Baraï					
Ko Soto Gari					
Ko Soto Gake					
Eri Seoï Nage					
Eri Seoï Otoshi					
Uchi Mata Ashi					
Uchi Mata Goshi					
Hane Goshi					
Te Guruma					
Tani Otoshi					
Sumi Gaeshi (Garde Croisée)					
Tomoe Nage					
<i>Kami Shio Gatame</i>					
<i>1e / 2e Kuzure Kami Shio Gatame</i>					
<i>Yoko Shio Gatame</i>					
<i>1e / 2e Kuzure Yoko Shio Gatame</i>					
<i>On Gesa Gatame</i>					
<i>Kuzure Gesa Gatame</i>					
<i>Tate Shio Gatame</i>					
<i>Kuzure Tate Shio Gatame</i>					
<i>Ushi-ro Gesa Gatame</i>					
<i>Kata Gatame</i>					
<i>Makura Gesa Gatame</i>					
Etranglements	Placement	Contrôle	Note /10		
Hadaka Jime					
Okuri Eri Jime					
Kata Ha Jime					
Gyaku Juji Jime					
Nami Juji Jime					
Kata Juji Jime					
Sankaku Juji Jime					

Date:,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,, Nom:,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,, Prénom:,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,

Techniques	Placement	Déséquilibre	Projection	Contôle	Note /10
O Soto Gari					
O Soto Otoshi					
Ippon Seoï Nage					
Morote Seoï Nage					
Morote Seoï Otoshi					
Taï Otoshi					
O Uchi Gari					
Ko Uchi Gari					
Haraï Goshi					
Sode Tsurì Komi Goshi					
De Ashi Baraï					
Ko Soto Gari					
Ko Soto Gake					
Eri Seoï Nage					
Eri Seoï Otoshi					
Uchi Mata Ashi					
Uchi Mata Goshi					
Hane Goshi					
Te Guruma					
Tani Otoshi					
Sumi Gaeshi (Garde Croisée)					
Tomoe Nage					
<i>Kami Shio Gatame</i>					
<i>1e / 2e Kuzure Kami Shio Gatame</i>					
<i>Yoko Shio Gatame</i>					
<i>1e / 2e Kuzure Yoko Shio Gatame</i>					
<i>On Gesa Gatame</i>					
<i>Kuzure Gesa Gatame</i>					
<i>Tate Shio Gatame</i>					
<i>Kuzure Tate Shio Gatame</i>					
<i>Ushiro Gesa Gatame</i>					
<i>Kata Gatame</i>					
<i>Makura Gesa Gatame</i>					
Etranglements	Placement	Contrôle	Note /10		
Hadaka Jime					
Okuri Eri Jime					
Kata Ha Jime					
Gyaku Juji Jime					
Nami Juji Jime					
Kata Juji Jime					
Sankaku Juji Jime					

Date:,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,, Nom:,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,, Prénom:,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,

Techniques	Placement	Déséquilibre	Projection	Contôle	Note /10
O Soto Gari					
O Soto Otoshi					
Ippon Seoï Nage					
Morote Seoï Nage					
Morote Seoï Otoshi					
Taï Otoshi					
O Uchi Gari					
Ko Uchi Gari					
Haraï Goshi					
Sode Tsurì Komi Goshi					
De Ashi Baraï					
Ko Soto Gari					
Ko Soto Gake					
Eri Seoï Nage					
Eri Seoï Otoshi					
Uchi Mata Ashi					
Uchi Mata Goshi					
Hane Goshi					
Te Guruma					
Tani Otoshi					
Sumi Gaeshi (Garde Croisée)					
Tomoe Nage					
<i>Kami Shio Gatame</i>					
<i>1e / 2e Kuzure Kami Shio Gatame</i>					
<i>Yoko Shio Gatame</i>					
<i>1e / 2e Kuzure Yoko Shio Gatame</i>					
<i>On Gesa Gatame</i>					
<i>Kuzure Gesa Gatame</i>					
<i>Tate Shio Gatame</i>					
<i>Kuzure Tate Shio Gatame</i>					
<i>Ushiro Gesa Gatame</i>					
<i>Kata Gatame</i>					
<i>Makura Gesa Gatame</i>					
Etranglements	Placement	Contrôle	Note /10		
Hadaka Jime					
Okuri Eri Jime					
Kata Ha Jime					
Gyaku Juji Jime					
Nami Juji Jime					
Kata Juji Jime					
Sankaku Juji Jime					

Date:,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,, Nom:,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,, Prénom:,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,

Techniques	Placement	Déséquilibre	Projection	Contôle	Note /10
O Soto Gari					
O Soto Otoshi					
Ippon Seoï Nage					
Morote Seoï Nage					
Morote Seoï Otoshi					
Taï Otoshi					
O Uchi Gari					
Ko Uchi Gari					
Haraï Goshi					
Sode Tsurì Komi Goshi					
De Ashi Baraï					
Ko Soto Gari					
Ko Soto Gake					
Eri Seoï Nage					
Eri Seoï Otoshi					
Uchi Mata Ashi					
Uchi Mata Goshi					
Hane Goshi					
Te Guruma					
Tani Otoshi					
Sumi Gaeshi (Garde Croisée)					
Tomoe Nage					
<i>Kami Shio Gatame</i>					
<i>1e / 2e Kuzure Kami Shio Gatame</i>					
<i>Yoko Shio Gatame</i>					
<i>1e / 2e Kuzure Yoko Shio Gatame</i>					
<i>On Gesa Gatame</i>					
<i>Kuzure Gesa Gatame</i>					
<i>Tate Shio Gatame</i>					
<i>Kuzure Tate Shio Gatame</i>					
<i>Ushi-ro Gesa Gatame</i>					
<i>Kata Gatame</i>					
<i>Makura Gesa Gatame</i>					
Etranglements	Placement	Contrôle	Note /10		
Hadaka Jime					
Okuri Eri Jime					
Kata Ha Jime					
Gyaku Juji Jime					
Nami Juji Jime					
Kata Juji Jime					
Sankaku Juji Jime					

Date:,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,, Nom:,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,, Prénom:,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,

Techniques	Placement	Déséquilibre	Projection	Contôle	Note /10
O Soto Gari					
O Soto Otoshi					
Ippon Seoï Nage					
Morote Seoï Nage					
Morote Seoï Otoshi					
Taï Otoshi					
O Uchi Gari					
Ko Uchi Gari					
Haraï Goshi					
Sode Tsurì Komi Goshi					
De Ashi Baraï					
Ko Soto Gari					
Ko Soto Gake					
Eri Seoï Nage					
Eri Seoï Otoshi					
Uchi Mata Ashi					
Uchi Mata Goshi					
Hane Goshi					
Te Guruma					
Tani Otoshi					
Sumi Gaeshi (Garde Croisée)					
Tomoe Nage					
<i>Kami Shio Gatame</i>					
<i>1e / 2e Kuzure Kami Shio Gatame</i>					
<i>Yoko Shio Gatame</i>					
<i>1e / 2e Kuzure Yoko Shio Gatame</i>					
<i>On Gesa Gatame</i>					
<i>Kuzure Gesa Gatame</i>					
<i>Tate Shio Gatame</i>					
<i>Kuzure Tate Shio Gatame</i>					
<i>Ushiro Gesa Gatame</i>					
<i>Kata Gatame</i>					
<i>Makura Gesa Gatame</i>					
Etranglements	Placement	Contrôle	Note /10		
Hadaka Jime					
Okuri Eri Jime					
Kata Ha Jime					
Gyaku Juji Jime					
Nami Juji Jime					
Kata Juji Jime					
Sankaku Juji Jime					

Date:,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,, Nom:,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,, Prénom:,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,

Techniques	Placement	Déséquilibre	Projection	Contôle	Note /10
O Soto Gari					
O Soto Otoshi					
Ippon Seoï Nage					
Morote Seoï Nage					
Morote Seoï Otoshi					
Taï Otoshi					
O Uchi Gari					
Ko Uchi Gari					
Haraï Goshi					
Sode Tsurì Komi Goshi					
De Ashi Baraï					
Ko Soto Gari					
Ko Soto Gake					
Eri Seoï Nage					
Eri Seoï Otoshi					
Uchi Mata Ashi					
Uchi Mata Goshi					
Hane Goshi					
Te Guruma					
Tani Otoshi					
Sumi Gaeshi (Garde Croisée)					
Tomoe Nage					
<i>Kami Shio Gatame</i>					
<i>1e / 2e Kuzure Kami Shio Gatame</i>					
<i>Yoko Shio Gatame</i>					
<i>1e / 2e Kuzure Yoko Shio Gatame</i>					
<i>On Gesa Gatame</i>					
<i>Kuzure Gesa Gatame</i>					
<i>Tate Shio Gatame</i>					
<i>Kuzure Tate Shio Gatame</i>					
<i>Ushiro Gesa Gatame</i>					
<i>Kata Gatame</i>					
<i>Makura Gesa Gatame</i>					
Etranglements	Placement	Contrôle	Note /10		
Hadaka Jime					
Okuri Eri Jime					
Kata Ha Jime					
Gyaku Juji Jime					
Nami Juji Jime					
Kata Juji Jime					
Sankaku Juji Jime					

Date:,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,, Nom:,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,, Prénom:,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,

Techniques	Placement	Déséquilibre	Projection	Contôle	Note /10
O Soto Gari					
O Soto Otoshi					
Ippon Seoï Nage					
Morote Seoï Nage					
Morote Seoï Otoshi					
Taï Otoshi					
O Uchi Gari					
Ko Uchi Gari					
Haraï Goshi					
Sode Tsurì Komi Goshi					
De Ashi Baraï					
Ko Soto Gari					
Ko Soto Gake					
Eri Seoï Nage					
Eri Seoï Otoshi					
Uchi Mata Ashi					
Uchi Mata Goshi					
Hane Goshi					
Te Guruma					
Tani Otoshi					
Sumi Gaeshi (Garde Croisée)					
Tomoe Nage					
<i>Kami Shio Gatame</i>					
<i>1e / 2e Kuzure Kami Shio Gatame</i>					
<i>Yoko Shio Gatame</i>					
<i>1e / 2e Kuzure Yoko Shio Gatame</i>					
<i>On Gesa Gatame</i>					
<i>Kuzure Gesa Gatame</i>					
<i>Tate Shio Gatame</i>					
<i>Kuzure Tate Shio Gatame</i>					
<i>Ushiro Gesa Gatame</i>					
<i>Kata Gatame</i>					
<i>Makura Gesa Gatame</i>					
Etranglements	Placement	Contrôle	Note /10		
Hadaka Jime					
Okuri Eri Jime					
Kata Ha Jime					
Gyaku Juji Jime					
Nami Juji Jime					
Kata Juji Jime					
Sankaku Juji Jime					

Date:,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,, Nom:,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,, Prénom:,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,

Techniques	Placement	Déséquilibre	Projection	Contôle	Note /10
O Soto Gari					
O Soto Otoshi					
Ippon Seoï Nage					
Morote Seoï Nage					
Morote Seoï Otoshi					
Taï Otoshi					
O Uchi Gari					
Ko Uchi Gari					
Haraï Goshi					
Sode Tsurì Komi Goshi					
De Ashi Baraï					
Ko Soto Gari					
Ko Soto Gake					
Eri Seoï Nage					
Eri Seoï Otoshi					
Uchi Mata Ashi					
Uchi Mata Goshi					
Hane Goshi					
Te Guruma					
Tani Otoshi					
Sumi Gaeshi (Garde Croisée)					
Tomoe Nage					
<i>Kami Shio Gatame</i>					
<i>1e / 2e Kuzure Kami Shio Gatame</i>					
<i>Yoko Shio Gatame</i>					
<i>1e / 2e Kuzure Yoko Shio Gatame</i>					
<i>On Gesa Gatame</i>					
<i>Kuzure Gesa Gatame</i>					
<i>Tate Shio Gatame</i>					
<i>Kuzure Tate Shio Gatame</i>					
<i>Ushiro Gesa Gatame</i>					
<i>Kata Gatame</i>					
<i>Makura Gesa Gatame</i>					
Etranglements	Placement	Contrôle	Note /10		
Hadaka Jime					
Okuri Eri Jime					
Kata Ha Jime					
Gyaku Juji Jime					
Nami Juji Jime					
Kata Juji Jime					
Sankaku Juji Jime					

Date:,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,, Nom:,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,, Prénom:,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,

Techniques	Placement	Déséquilibre	Projection	Contôle	Note /10
O Soto Gari					
O Soto Otoshi					
Ippon Seoï Nage					
Morote Seoï Nage					
Morote Seoï Otoshi					
Taï Otoshi					
O Uchi Gari					
Ko Uchi Gari					
Haraï Goshi					
Sode Tsurì Komi Goshi					
De Ashi Baraï					
Ko Soto Gari					
Ko Soto Gake					
Eri Seoï Nage					
Eri Seoï Otoshi					
Uchi Mata Ashi					
Uchi Mata Goshi					
Hane Goshi					
Te Guruma					
Tani Otoshi					
Sumi Gaeshi (Garde Croisée)					
Tomoe Nage					
<i>Kami Shio Gatame</i>					
<i>1e / 2e Kuzure Kami Shio Gatame</i>					
<i>Yoko Shio Gatame</i>					
<i>1e / 2e Kuzure Yoko Shio Gatame</i>					
<i>On Gesa Gatame</i>					
<i>Kuzure Gesa Gatame</i>					
<i>Tate Shio Gatame</i>					
<i>Kuzure Tate Shio Gatame</i>					
<i>Ushiro Gesa Gatame</i>					
<i>Kata Gatame</i>					
<i>Makura Gesa Gatame</i>					
Etranglements	Placement	Contrôle	Note /10		
Hadaka Jime					
Okuri Eri Jime					
Kata Ha Jime					
Gyaku Juji Jime					
Nami Juji Jime					
Kata Juji Jime					
Sankaku Juji Jime					

Total Note / 10

Moyenne

Date:,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,, Nom:,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,, Prénom:,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,

Techniques	Placement	Déséquilibre	Projection	Contôle	Note /10
O Soto Gari					
O Soto Otoshi					
Ippon Seoï Nage					
Morote Seoï Nage					
Morote Seoï Otoshi					
Taï Otoshi					
O Uchi Gari					
Ko Uchi Gari					
Haraï Goshi					
Sode Tsurì Komi Goshi					
De Ashi Baraï					
Ko Soto Gari					
Ko Soto Gake					
Eri Seoï Nage					
Eri Seoï Otoshi					
Uchi Mata Ashi					
Uchi Mata Goshi					
Hane Goshi					
Te Guruma					
Tani Otoshi					
Sumi Gaeshi (Garde Croisée)					
Tomoe Nage					
<i>Kami Shio Gatame</i>					
<i>1e / 2e Kuzure Kami Shio Gatame</i>					
<i>Yoko Shio Gatame</i>					
<i>1e / 2e Kuzure Yoko Shio Gatame</i>					
<i>On Gesa Gatame</i>					
<i>Kuzure Gesa Gatame</i>					
<i>Tate Shio Gatame</i>					
<i>Kuzure Tate Shio Gatame</i>					
<i>Ushiro Gesa Gatame</i>					
<i>Kata Gatame</i>					
<i>Makura Gesa Gatame</i>					
Etranglements	Placement	Contrôle	Note /10		
Hadaka Jime					
Okuri Eri Jime					
Kata Ha Jime					
Gyaku Juji Jime					
Nami Juji Jime					
Kata Juji Jime					
Sankaku Juji Jime					