

Gant VERT



« Je ne suis pas touché et je touche » Situations simples

	SUR ATTAQUE	ORGAN.DEFENSIVE	RIPOSTE	INCERTITUDE	
1^{er} degré	Je sais faire : <ul style="list-style-type: none"> Fouetté médian Direct figure Fouetté bas ou Chassé bas Fouetté méd.av/ar Toutes techniques en ligne médiane 				ASSAUT À THÈME Le candidat réalise un assaut de deux reprises de une minute trente dans le respect du thème imposé. Il démontre cinq à huit fois le thème de la reprise.
	Parade bloquée	Coup de pied bas	Segment		
	Parade bloq./chassé	Coup de pied bas	Segment		
	Esquive en reculant	Toutes techniques intégrées	Segm/Traj.		
	Parade bloquée	Crochet av/Ar	Segment		
	Parades ou esquives	Toutes techniques intégrées	Seg./Cib./Traj.		
2^{ème} degré	Je sais faire : <ul style="list-style-type: none"> Fouetté médian Revers figure ou Fouetté médian Toutes techniques intégrées 				ASSAUT LIBRE Le candidat réalise un assaut libre de trois reprises de une minute trente
	Parade bloquée	Revers tournant fig.	Segment		
	Parades ou esquives	Chassé tournant médian	Seg./Cib./Techn.		
	Parades ou esquives	Toutes techniques intégrées	Seg./Cib./Traj.		
3^{ème} degré	Je sais faire : <ul style="list-style-type: none"> Revers figure ou Fouetté médian Toutes techniques de pieds Toutes techniques de poings 				
	Parades ou esquives	Chassé tournant	Seg./Techn.		
	Parades ou esquives	Toutes techniques intégrées	Seg./Cib./Traj.		
	Parades ou esquives	Toutes techniques intégrées	Seg./Cib./Traj.		

Evaluation du Gant VERT

Nom du Candidat : Date de l'évaluation :

N° de licence : Grade ou degré présenté :

Grade ou degré actuel : Date d'obtention :

	Catalogue des techniques	Validité /5	Exécution /5	Variété /5	Total /15
1 ^{er} degré	Sur fouetté médian parade bloquée et riposte coup de pied bas				
	Sur direct figure parade bloquée ou chassée et riposte coup de pied bas				
	Sur fouetté bas ou chassé bas esquivé en reculant et riposte toutes techniques				
	Sur fouetté médian parade bloquée et riposte crochet				
	Sur toutes techniques médian parade ou esquivé et riposte toutes techniques intégrées				
2 ^{ème} degré	Sur fouetté médian parade bloquée et riposte revers tournant figure				
	Sur revers figure ou fouetté médian parade ou esquivé et riposte chassé tournant médian				
	Sur toutes techniques intégrées parade ou esquivé et riposte toutes techniques intégrées				
3 ^{ème} degré	Sur revers figure ou fouetté médian parade ou esquivé et riposte chassé tournant médian				
	Sur toutes techniques de pieds parade ou esquivé et riposte toutes techniques intégrées				
	Sur toutes techniques de poings parade ou esquivé et riposte toutes techniques intégrées				
	Totaux techniques /45

	Assaut à thème	Validité /5	Exécution /5	Variété /5	Total /15
	Parer ou esquivé (dans l'axe) une attaque simple et toucher en riposte	Reprise 1			
		Reprise 2			
	Totaux Assaut à thème /30

	Assaut libre	Validité /5	Exécution /5	Variété /5	Total /15
3 x 1'30	Reprise 1				
	Reprise 2				
	Reprise 2				
	Totaux Assaut libre /45

TOTAL GENERAL	Le candidat doit obtenir un minimum de 70/120 /120
----------------------	---	------------

Décision : **Gant Vert 1°** **Gant Vert 2°** **Gant Vert 3° = GANT VERT**

(rayer les mentions inutiles)

Nom des membres du Jury Emargement :