

Ceinture Jaune II

Technique d'attaque

Glissade circulaire jambe avant

Critères d'évaluation

- Intensité
 - Crier, vitesse, puissance
- Attitude de combat
 - Position, mouvement, feintes et après-frappe
- Mécanisme technique
- Précision

Technique de contre-attaque

Corps à corps

Critères d'évaluation

- Intensité
 - Crier, vitesse, puissance
- Attitude de combat
 - Position, mouvement, feintes et après-frappe
- Mécanisme technique
- Précision

Combats arrangés

Attaque côté dos

- Jambe arrière
 - Direct
 - Switch
 - Glissade

Attaque côté ventre

- Jambe avant
 - Bloc
 - Glissade-bloc
 - Pivot-bloc

Attaque dos & ventre

- Corps à corps
 - Sortie arrière
 - Pousser
 - Sortie diago

Critères d'évaluation

- | | |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none">• Attitude de combat<ul style="list-style-type: none">○ Position, mouvement, feintes et après-frappe• Temps de réaction | <ul style="list-style-type: none">• Intensité<ul style="list-style-type: none">○ Crier, vitesse, puissance• Mécanisme technique• Précision |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

Combat

Attaque vs c-attaque

Critères d'évaluation

- Habitudes de combat
 - Position
 - Distance
 - Attitude
 - Mobilité
- Technique d'attaque
- Technique de contre-attaque