

Bleu II

Technique d'attaque

2 frappes sur 1 cible

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 : croissant

Critères d'évaluation

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

Attaque de côté

Dévier l'attaque

Bedaine-Bedaine

- Main avant, côté talon
- Jambe avant circulaire
- Technique arrière

Bedaines opposées

- Main avant, côté talon
- Jambe arrière
- Marteau jambe avant

Déplacement diagonal

Glissade

- Libre

Pivot + glissade

- Libre

Déplacement diagonal + dévier

Pivot glissade

- Bedaine-Bedaine, **main arrière**, talon

Glissade

- Bedaines opposées, **main avant**, talon

Critères d'évaluation

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

Combat

Libre

Critères d'évaluation

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

Rôle offensif

Critères d'évaluation

- Pression
 - 1 pas,
 - 2 pas,
 - 3 pas
- Contrôler le plateau
 - Déplacements latéraux
- Différents départs
 - Feinte,
 - 2 feintes,
 - Changement de côté
- Différentes entrées
 - Avant,
 - Diago dos,
 - Diago ventre

Rôle défensif

Critères d'évaluation

- Mobilité
 - 1 (feinte)
 - 1-2 (déplace)
 - 1-2-3 (feinte-déplace)
- Reprendre le centre
 - Coller-tourner,
 - Déplacement en rond
- Alternatives
 - Coller,
 - Faire manquer