

**Programme des grades Kyu « Enfant »
Section « Enfants » (5-12 ans)**

Grade	Ceinture	Techniques	Programme de l'examen pour accéder au niveau supérieur
Blanc 6° kyu	Mu ken	Ukemi arrière Taï sabaki Cérémonial de montée sur le tatami Cérémonial de travail avec un partenaire	Ukemi arrière Taï sabaki Cérémonial de montée sur le tatami Cérémonial de travail avec un partenaire
	1° ken	Ukemi arrière Cérémonial Marche shikko <u>Tachi waza :</u> Ikkyo sur Ay hammi katate dori	Toutes les Techniques précédentes et : Ukemi arrière Cérémonial Marche shikko Ikkyo sur Ay hammi katate dori
	2° ken	Ukemi avant <u>Tachi waza :</u> Irimi nage sur Ay hammi katate dori	Les Techniques des niveaux précédents et : <u>Tachi waza :</u> -Irimi nage sur Ay hammi katate dori
	3° Ken Blanc-jaune	Ukemi avant en dynamique <u>Tachi waza :</u> - Kote gaeshi sur Ay hammi katate dori - Shio nage	Les Techniques des niveaux précédents et : <u>Tachi waza :</u> - Kote gaeshi sur Ay hammi katate dori - Shio nage
Jaune 5° kyu	Jaune Mu-Ken	<u>Suwaru waza :</u> - Taï sabaki <u>Tachi waza :</u> - Ikkyo sur katate dori	Les Techniques des niveaux précédents et : <u>Suwaru waza :</u> Ikkyo sur ay hammi katate dori <u>Tachi waza :</u> Ikkyo sur katate dori
	1° ken	<u>Suwaru waza :</u> - ikkkyo sur ay hammi katate dori <u>Tachi waza :</u> - Irimi nage sur katate dori	Les Techniques des niveaux précédents et le programme 1° ken
	2°ken	<u>Suwaru waza :</u> - Irimi nage sur ay hammi katate dori <u>Tachi waza :</u> - Kote gaeshi sur katate dori	Les Techniques des niveaux précédents et et le programme 2° ken
	Jaune-Orange	<u>Suwaru waza :</u> - Kote gaeshi sur ay hammi katate dori <u>Tachi waza :</u> - Shio nage sur katate dori	Les Techniques des niveaux précédents et et le programme 3° ken
Orange 4° kyu	Orange Mu-Ken	<u>Suwaru waza :</u> - Ikkyo sur shomen uchi <u>Hanmi handachi waza</u> - Ikkyo sur katate dori <u>Tachi waza :</u> - Ikkyo sur shomen uchi	Les Techniques des niveaux précédents et et le programme du mu ken
	1° ken	<u>Suwaru waza :</u> - Kote gaeshi sur shomen Uchi <u>Hanmi handachi waza</u> - Uchi Kaiten nage sur katate dori <u>Tachi waza :</u> - Irimi nage sur shomen Uchi	Les Techniques des niveaux précédents et et le programme 1° ken
	2° ken	<u>Suwaru waza :</u> - irimi nage sur shomen Uchi <u>Hanmi handachi waza</u> - Shio nage ura sur katate dori <u>Tachi waza :</u> - Kote gaeshi sur shomen Uchi	Les Techniques des niveaux précédents et le programme 2° ken

	3° Ken Orange-Verte	<u>Suwari waza :</u> - Nikyo sur ay hammi katate dori <u>Hanmi handachi waza</u> - Shio nage omote sur katate dori <u>Tachi waza :</u> - <u>Kokyu nage</u> sur shomen uchi	Les Techniques des niveaux précédents et et le programme 3° ken
Verte 3° Kyu	Verte Mu-Ken	<u>Suwari waza :</u> - Sankyo sur ay hammi katate dori <u>Hanmi handachi waza</u> - Kokyu nage sur ushiro ryokata dori <u>Tachi waza :</u> - <u>Ikkyo</u> sur Yokomen Uchi	Les Techniques des niveaux précédents et et le programme 3° ken
	1 ken	<u>Suwari waza :</u> - Nikyo sur shomen Uchi <u>Hanmi handachi waza</u> - Kokyu nage sur katate dori <u>Tachi waza :</u> - Kote gaeshi sur Yokomen uchi	Les Techniques des niveaux précédents et et le programme 3° ken
	2 ken	<u>Suwari waza :</u> - Sankyo sur shomen Uchi <u>Tachi waza :</u> - Irimi nage sur Yokomen Uchi	Les Techniques des niveaux précédents et et le programme 3° ken
	Verte- Bleue	<u>Suwari waza :</u> - Yonkyo sur shomen Uchi <u>Tachi waza :</u> - Shio nage sur yokomen uchi	Les Techniques des niveaux précédents et et le programme 3° ken
	Bleue 2° Kyu	Bleue Mu-Ken	<u>Suwari waza :</u> - Kote gaeshi sur ay hammi katate dori <u>Hanmi handachi waza</u> - Ikkyo sur katate dori <u>Tachi waza :</u> - <u>Ikkyo</u> sur shomen uchi - Irimi nage sur shomen Uchi
	1 ken	<u>Suwari waza :</u> - Kote gaeshi sur ay hammi katate dori <u>Hanmi handachi waza</u> - Ikkyo sur katate dori <u>Tachi waza :</u> - <u>Ikkyo</u> sur shomen uchi - Irimi nage sur shomen Uchi	Les Techniques des niveaux précédents et et le programme 3° ken
	2 ken	<u>Suwari waza :</u> - Kote gaeshi sur ay hammi katate dori <u>Hanmi handachi waza</u> - Ikkyo sur katate dori <u>Tachi waza :</u> - <u>Ikkyo</u> sur shomen uchi - Irimi nage sur shomen Uchi	Les Techniques des niveaux précédents et et le programme 3° ken
	Bleue-Violette	<u>Suwari waza :</u> - Kote gaeshi sur ay hammi katate dori <u>Hanmi handachi waza</u>	Les Techniques des niveaux précédents et et le programme 3° ken

		<ul style="list-style-type: none"> - Ikkyo sur katate dori <u>Tachi waza :</u> <ul style="list-style-type: none"> - Ikkyo sur shomen uchi - Irimi nage sur shomen Uchi 	
Violette 1° Kyu	Violette		
	1 ken		
	2 ken		
	Violette-marron		
Marron (15 ans minimum)	Marron		