

Examen ceinture marron (1er Kyû)

<u><i>Suwari Waza</i></u>	Shômen Uchi	Ikkyô, Nikyô, Sankyô, Yonkyô, Gokyô Irimi-nage (Omote et Ura) Kote-gaeshi (Uke se lève)
<u><i>Hanmi Handachi Waza</i></u>	Kata-dori	Shihô-nage Ikkyo (Départ Tenkan) Kaiten Nagé (Tenkan puis Uchi et enfin Soto. Aller chercher son Uke)
	Chûdan Tsuki	Kote-gaeshi
<u><i>Tachi Waza</i></u>	Kata-dori	Ikkyô Nikyô
	Kata-dori Men Uchi	Ikkyô Kote-gaeshi Shihô-nage (tête)
	Ryôte-dori	Tenchi-nage
	Yokomen Uchi	Ikkyô (Kihon d'abord) Shihô-nage Koshi-nage (Ikkyô/Sankyô) Irimi-nage
	Mae Ryôkata-dori	Kokyû-nage (Kokyû-Hô)
<u><i>Ushiro Waza</i></u>	Ryôte-dori	Ikkyô (jambe et déséquilibre: très bas) Irimi-nage Kote-gaeshi Shihô-nage Koshi-nage (Ikkyô/Sankyô)
<u><i>Suburi Ken</i></u>		
<u><i>Tachi Waza</i></u>	Ryôte-dori	Kokyû-Hô

A valider :

Bien terminer les finales et solliciter son UKE

Respecter l'intégrité de son UKE

Du dynamisme dans le travail

PAS DE PRECIPITATIONS

Reprendre sa distance après chaque technique