

A large group of martial artists, including children and adults, are standing in a long line on a yellow and blue mat in a gymnasium. They are wearing white uniforms with various colored belts (black, blue, red, yellow, white). The gymnasium has a high ceiling with long fluorescent lights and a wall with windows on the right side. The text is overlaid on the yellow part of the mat.

MODIFICATIONS REGLEMENTAIRES
Applicables au 1^{er} septembre 2024
CSDGE

UV2 – TECHNIQUE 1er dan

1^{er} dan :

Réduction du nombre des techniques requises. Suppression des visuels et des fiches. Le jury impose les techniques en nage-waza et en ne-waza (annexe 1). Pour les techniques de défense, le candidat choisit 2 réponses libres et adaptées aux situations d'agression parmi les séries **A** et **B** des attaques défenses imposées jujitsu (annexe 1).

Modalités : Pour les techniques en nage-waza et ne-waza, le jury impose des techniques qui couvriront l'ensemble des familles.

— UV2 – TECHNIQUE 2^e dan

2^e dan partie b :

Suppression des fiches. Le jury impose les techniques en nage-waza et en ne-waza (annexe 1). Pour les techniques de défense, le candidat choisit 2 réponses libres et adaptées aux situations d'agression parmi la serie C des attaques défenses imposées jujitsu (annexe 1).

UV2 – TECHNIQUE 3^e dan

3^e dan partie b :

Suppression des fiches. Le jury impose les techniques en nage-waza et en ne-waza (annexe 1). Pour les techniques de défense, le candidat choisit 2 réponses libres et adaptées aux situations d'agression parmi la série **D** des attaques défenses imposées jujitsu (annexe 1).

— Changements réglementaires

Présentation aux examens de grades : 2 timbres de licences pour se présenter et non 3 timbres.

Condition de présentation au 1er dan : ceinture marron, retrait de 1 an exigé, l'âge plancher reste maintenu.

Kata : pour le 1er dan, le kata n'est plus probatoire pour se présenter aux tests shiai

Grades exceptionnels : suppression du délai de 4 ans. Le droit commun s'applique

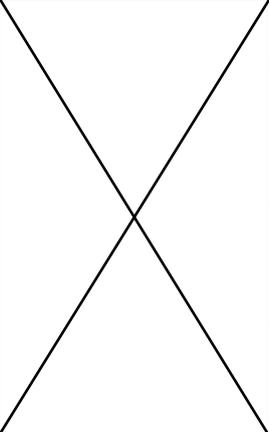
Homologation et reconnaissance de grade(s) : à la demande du candidat, le dossier doit être instruit par la fédération qui a délivré le grade.

Pour le 5e et 6e dan, il sera exigé d'effectuer le kata conforme à notre réglementation si celui-ci n'a pas été présenté lors de l'attribution du grade.

Judokas & jujitsukas de haut niveau

- Du 1^{er} au 5^e dan, La promotion des judokas et jujitsukas de niveau mondial et/ou olympique et paralympique, proposée par le DTN, sera étudiée par le Comité des Hauts Grades. Elle concerne les sportifs de haut niveau seniors en activité ou ayant arrêté leur carrière sportive (est considéré judoka de niveau mondial et/ou olympique et paralympique, tout judoka ou jujitsuka ayant combattu en individuel ou en équipes)
- Pour le 6^{ème} dan : Champion du monde et/ou champion olympique et paralympique individuel judo seniors : âge plancher --> 30 ans
- Podium mondial et/ou olympique et paralympique : âge plancher --> 33 ans

ANNEXE 1 - PROGRAMME TECHNIQUE UV2 **1er DAN**, **2ème DAN**, **3ème DAN** SAISON 2024-2025

TECHNIQUES DE PROJECTION (NAGE WAZA JUDO, JUJITSU)				
Pour le grade de	KOSHI-WAZA	TE-WAZA	ASHI-WAZA	SUTEMI-WAZA
1 dan	harai-goshi kubi-nage koshi-guruma o-goshi tsurikomi-goshi uchi-mata uki-goshi	ippon-seoi-nage kata-guruma uki-otoshi tai-otoshi morote-seoi-nage	de-ashi-barai (harai) hiza-guruma sasae-tsurikomi-ashi ko-soto-gari ko-uchi-gari okuri-ashi-barai (harai) o-soto-gari o-uchi-gari uchi-mata	sumi-gaeshi tomoe-nage
2 dan	hane-goshi sode-tsurikomi-goshi tsuri-goshi	eri-seoi-nage te-guruma morote-gari kuchiki-taoshi	o-guruma ashi-guruma ko-soto-gake o-soto-otoshi tsubame-gaeshi	ura-nage tani-otoshi yoko-guruma yoko-gake Ko-uchi-makikomi yoko-tomoe-nage uki-waza
3 dan	utsuri-goshi ushiro-goshi	sumi-otoshi kibisu-gaeshi uchi-mata-sukashi sukui-nage yama-arashi seoi otoshi	harai-tsurikomi-ashi o-soto-guruma o-soto-gaeshi	soto-makikomi harai-makikomi yoko-wakare yoko-otoshi tawara-gaeshi daki-wakare
TECHNIQUES AU SOL (NE-WAZA JUDO, JUJITSU)				
Pour le grade de	IMMOBILISATIONS OSAEKOMI-WAZA	ETRANGLEMENTS SHIME-WAZA	CLES AUX COUDES KANSETSU-WAZA	
1 dan	hon-gesa-gatame kami-shiho-gatame yoko-shiho-gatame tate-shiho-gatame ushiro-gesa-gatame	gyaku-juji-jime hadaka-jime kata-juji-jime nami-juji-jime okuri-eri-jime	ude-hishigi-juji-gatame ude-hishigi-ude-gatame ude-garami	
2 dan	kuzure-kami-shiho-gatame kuzure-gesa-gatame kuzure-tate-shiho-gatame kuzure-yoko-shiho-gatame	sankaku-jime kata-ha-jime kata-te-jime sode-guruma-jime	ude-hishigi-hiza-gatame ude-hishigi-waki-gatame	
3 dan	makura-gesa-gatame kata-gatame	morote-jime tsukkomi-jime ashi-gatame-jime ryo-te-jime	ude-hishigi-ashi-gatame ude-hishigi-sankaku-gatame ude-hishigi-hara-gatame	
TECHNIQUES DE DEFENSE (JUDO, JUJITSU)				
1 dan	séries A et B	Défense : Réponses libres et adaptées à une situation d'agression	Le candidat doit démontrer sa capacité à se défendre tout en respectant l'intégrité physique de son assaillant. Il doit faire preuve d'efficacité, de contrôle, de sobriété et de réalisme dans ses réponses à une situation d'agression.	
2 dan	série C			
3 dan	série D			

ANNEXE 1 - PROGRAMME TECHNIQUE

4) LES 20 ATTAQUES DÉFENSES IMPOSÉES JUJITSU

SÉRIE A

SAISIE AVEC LES MAINS



Katate-dori
Saisie du poignet à deux mains



Eri-dori
Saisie croisée du revers



Mae-kubi-dori
Saisie à deux mains au cou



Yoko-kubi-dori
Saisie à deux mains de côté au cou



Yoko-sode-dori
Saisie de la manche de côté

SÉRIE B

SAISIE AVEC LES BRAS



Mae-dori
Saisie de face en contourant sous les bras



Yoko-dori
Saisie de côté en contourant les bras



Yoko-kubi-dori
Saisie du cou de côté



Mae-kubi-dori
Saisie du cou de face



Hadaka-jime
Étranglement par l'arrière

SÉRIE C

COUPS - ATEMI



Jodan-oi-tsuki
Coup de poing direct haut



Chudan-gyaku-tsuki
Coup de poing direct (pleine)



Jodan-naname-shuto
Attaque en oblique avec le tranchant de la main



Chudan-mae-geri-kekomi
Coup de pied direct de face



Chudan-mawashi-geri
Coup de pied circulaire

SÉRIE D

COUPS AVEC ARMES



Naname-tsuki
Piquet de haut en bas



Chudan-tsukkomi
Piquet de face



Naname-uchi
Piquet de bas en revers

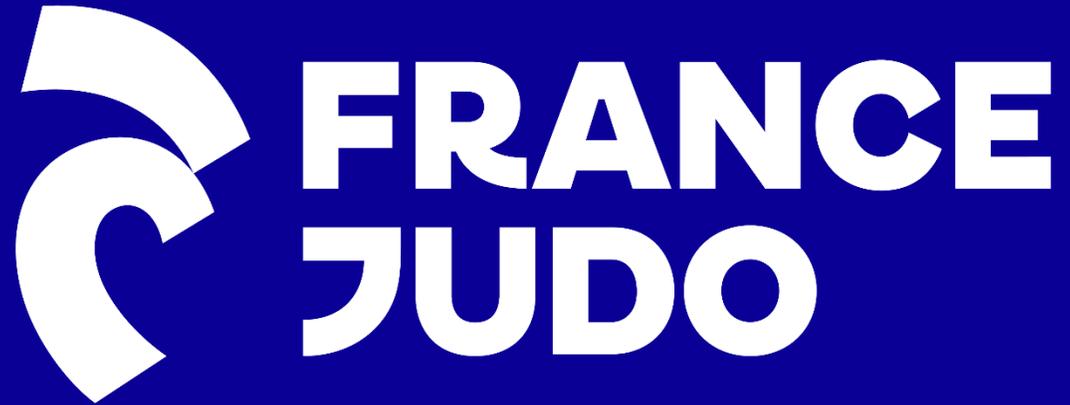


Kiri-komi
Attaque de haut en bas



Yoko-uchi
Attaque oblique à la tête





www.ffjudo.com
