

# BOXES PIEDS-POINGS - PASSAGE DE GRADES PLUS DE 15 ANS

**Nom**..... **Prénom** ..... **Date de l'examen**.....

Le pratiquant est évalué en fonction de la SPÉCIALITÉ SPORTIVE travaillée dans son club ou imposé par son enseignant: **SEMI-CONTACT, FULL-CONTACT, LOW-KICK, K1 STYLE & THAI-BOXING\***

**ÉPREUVES COMBINÉES** : Le **MÉLANGE DE SPÉCIALITÉS** est aussi envisageable (au candidat à voir cela avec son enseignant).

Bonification : Deux questions de connaissance avec un bonus de 5 pts au maximum - Note éliminatoire : 5/20 à une partie

Admis = 30 pts/60 – Mention « Assez-bien » = 36 pts, mention « Bien » = 45 pts, mention « T-bien » = 54 pts

(\*\*) Voir fiche d'évaluation de l'épreuve de sparring

**Spécialité choisie** : .....

Entourer le GRADE présenté

## REPORT DE NOTES D'ÉPREUVES

	Ceinture	ÉPREUVE	NOTE		
<b>INITIATION</b>	<b>JAUNE</b>	<b>GESTUELLE</b> : - DEUX TECHNIQUES AU CHOIX avec défense appropriée et variée (2 fois à vitesse normale et une fois au ralenti)	/20	<b>TOTAL</b>  Bonus connaissance /5 pts au maximum	
		<b>APPLICATION DES DEUX TECHNIQUES</b> présentées dans l'épreuve de GESTUELLE (mise en place en attaque, défense/riposte ou attaque sur attaque). Situation d'enchaînement de 3 techniques ou actions au minimum.	/20		
		<b>OPPOSITION</b> : DEUX ROUNDS À THÈMES avec inversion des rôles à la mi-round**	/20		<b>T : /60</b>
	<b>ORANGE</b>	<b>GESTUELLE</b> : - DEUX TECHNIQUES IMPOSÉES avec défense appropriée et variée (2 fois à vitesse normale et une fois au ralenti)	/20		Bonus connaissance /5 pts au maximum
		<b>APPLICATION DES DEUX TECHNIQUES</b> présentées dans l'épreuve de GESTUELLE (mise en place en attaque, défense/riposte ou attaque sur attaque). Situation d'enchaînement de 3 techniques ou actions au minimum.	/20		
		<b>OPPOSITION</b> : DEUX ROUNDS À THÈMES avec inversion des rôles à la mi-round**	/20		
<b>PERFECTIONNEMENT</b>	<b>VERTE</b>	<b>GESTUELLE</b> : - TROIS TECHNIQUES TIRÉES AU SORT avec défense appropriée et variée (2 fois à vitesse normale et une fois au ralenti)	/20	Bonus connaissance /5 pts au maximum	
		<b>APPLICATION DES DEUX TECHNIQUES</b> présentées dans l'épreuve de GESTUELLE (mise en place en attaque, défense/riposte ou attaque sur attaque). Situation d'enchaînement de 3 techniques ou actions au minimum.	/20		
		<b>OPPOSITION</b> : - DEUX ROUNDS À THÈMES avec inversion des rôles à la mi-round** - UN ROUND LIBRE selon la discipline présentée* avec inversion de l'initiative offensive à la mi-round	/20		
	<b>BLEUE</b>	<b>GESTUELLE</b> : - TROIS TECHNIQUES TIRÉES AU SORT avec défense appropriée et variée (2 fois à vitesse normale et une fois au ralenti)	/20		Bonus connaissance /5 pts au maximum
		<b>APPLICATION DES TROIS TECHNIQUES</b> présentées dans l'épreuve de GESTUELLE (mise en place en attaque, défense/riposte ou attaque sur attaque). Situation d'enchaînement de 3 techniques ou actions au minimum.	/20		
		<b>OPPOSITION</b> : - DEUX ROUNDS À THÈMES avec inversion des rôles à la mi-round** - UN ROUND LIBRE selon la discipline présentée* avec inversion de l'initiative offensive à la mi-round	/20		
<b>QUALIFICATION</b>	<b>MARRON</b>	<b>GESTUELLE</b> : - QUATRE TECHNIQUES TIRÉES AU SORT avec défense appropriée et variée (2 fois à vitesse normale et une fois au ralenti)	/20	Bonus connaissance /5 pts au maximum	
		<b>APPLICATION DES QUATRE TECHNIQUES</b> présentées dans l'épreuve de GESTUELLE (mise en place en attaque, défense/riposte ou attaque sur attaque). Situation d'enchaînement de 3 techniques ou actions au minimum.	/20		
		<b>OPPOSITION</b> : - DEUX ROUNDS À THÈMES avec inversion des rôles à la mi-round** - DEUX ROUND LIBRES selon la discipline présentée* avec inversion de l'initiative offensive à la mi-round	/20		