



**FEDERATION MONDIALE DE NIHON TAI JITSU/NIHON JU JITSU/TAI JITSU  
& DISCIPLINES ASSOCIEES**

**PROGRAMME 1<sup>er</sup> DAN (SHODAN) NIHON JU JITSU**

<b>Ateliers</b>		<b>Note</b>
<b>UV 1</b>	<b>TAÏ SABAKI : seul puis avec 1 Uke, esquive-parade-riposte TE HODOKI : 4 libres</b>	<b>/20</b>
<b>UV 2</b>	<b>KIHON : 3 attaques à droite, puis à gauche, minimum 2 TAÏ SABAKI différents Attaques annoncées, ripostes libres</b>	<b>/20</b>
<b>UV 3</b>	<b>KIHON IPPON KUMITE : sur les 5 attaques à droite Ripostes libres</b>	<b>/40</b>
<b>UV 4</b>	<b>SELF DEFENSE : Attaques de face, attaques latérales, attaques arrière 10 questions annoncées par le jury</b>	<b>/40</b>
<b>UV 5</b>	<b>KATA : KIHON KATA</b>	<b>/40</b>
<b>UV 6</b>	<b>RANDORI : De démonstration (1m30) avec partenaire choisi par le candidat ou randori en cercle 8 attaques, facultatif pour les plus de 50 ans et féminine, dans ce cas la note est de 11, donc sans perte de point</b>	<b>/20</b>
<b>UV 7</b>	<b>CONNAISSANCE BASIQUE du BUDO : Entretien avec le jury</b>	<b>/20</b>
<b>TOTAL DES POINTS</b>		<b>/200</b>

**Le total est sur 200 points, la note minimum est de 11/20, le candidat est reçu à 110 points**

- a) **En cas d'échec (moins de 110 points), les notes positives restent acquises.**
- b) **La note inférieure à 6 est éliminatoire.**
- c) **Sur présentation du livret budo ou du passeport, la participation à certains stages (Stage régional : 30 points / Stage national : 50 points / Stage international : 70 points) donne 1 point de bonification par tranche de 100 points.**