

Gant BLANC

« Je touche avant d'être touché »

	<i>SUR ATTAQUE ENCHAINEE</i>	<i>ANTICIPATION</i>	<i>REACTION</i>	<i>INCERT.SUBIES**</i>	ASSAUT À THÈME
1^{er} degré	Je sais faire : <ul style="list-style-type: none"> • Poing/Pied/Pied Toucher av le 3^{ème} cp Pd/Pg ou Pg/Pd Seg./Cib./Traj. • Pied/Pied/Poing Toucher av le 3^{ème} cp Pd/Pg ou Pg/Pd Seg./Cib./Traj. • Poing/Poing/Poing Toucher av le 3^{ème} cp Pd/Pg ou Pg/Pd Seg./Cib./Traj. • Pied/Poing/Poing Toucher av le 3^{ème} cp Pd/Pg ou Pg/Pd Seg./Cib./Traj. 				<p>Le candidat réalise un assaut de deux reprises de une minute trente dans le respect du thème imposé.</p> <p>Il démontre cinq à huit fois le thème de la reprise.</p>
2^{ème} degré	Je sais faire : 3 coups		3 coups avec un décalage ou 1 débordement		ASSAUT LIBRE <p>Le candidat réalise un assaut libre de trois reprises de une minute trente</p>
	<ul style="list-style-type: none"> • Poing/Pied/Pied Toucher av le 2^{ème} cp Pd/Pg ou Pg/Pd Seg./Cib./Traj. • Pied/Pied/Poing Toucher av le 2^{ème} cp Pd/Pg ou Pg/Pd Seg./Cib./Traj. • Poing/Poing/Poing Toucher av le 2^{ème} cp Pd/Pg ou Pg/Pd Seg./Cib./Traj. • Pied/Poing/Poing Toucher av le 2^{ème} cp Pd/Pg ou Pg/Pd Seg./Cib./Traj. 				
3^{ème} degré	Je sais faire : 3 coups		3 coups avec un décalage ou 1 débordement		
	<ul style="list-style-type: none"> • Poing/Pied/Pied Toucher av le 1^{ème} cp Pd/Pg ou Pg/Pd Seg./Cib./Traj. • Pied/Pied/Poing Toucher av le 1^{ème} cp Pd/Pg ou Pg/Pd Seg./Cib./Traj. • Poing/Poing/Poing Toucher av le 1^{ème} cp Pd/Pg ou Pg/Pd Seg./Cib./Traj. • Pied/Poing/Poing Toucher av le 1^{ème} cp Pd/Pg ou Pg/Pd Seg./Cib./Traj. 				

*** incertitudes subies par le contre-attaquant*

Evaluation du Gant BLANC



Nom du Candidat : Date de l'évaluation :
 N° de licence : Grade ou degré présenté :
 Grade ou degré actuel : Date d'obtention :

		Catalogue des techniques	Exécution /5	Validité /5	Variété /5	Total /15
1er degré		Sur Pg/Pd/Pd toucher avant le 3 ^e coup en Pd/Pg ou Pg/Pd				
		Sur Pd/Pd/Pg toucher avant le 3 ^e coup en Pd/Pg ou Pg/Pd				
		Sur Pg/Pg/Pg toucher avant le 3 ^e coup en Pd/Pg ou Pg/Pd				
		Sur Pd/Pg/Pg toucher avant le 3 ^e coup en Pd/Pg ou Pg/Pd				
2ème degré		Sur Pg/Pd/Pd toucher avant le 2 ^e coup en Pd/Pg ou Pg/Pd				
		Sur Pd/Pd/Pg toucher avant le 2 ^e coup en Pd/Pg ou Pg/Pd				
		Sur Pg/Pg/Pg toucher avant le 2 ^e coup en Pd/Pg ou Pg/Pd				
		Sur Pd/Pg/Pg toucher avant le 2 ^e coup en Pd/Pg ou Pg/Pd				
3ème degré		Sur Pg/Pd/Pd toucher avant le 1 ^e coup en Pd/Pg ou Pg/Pd				
		Sur Pd/Pd/Pg toucher avant le 1 ^e coup en Pd/Pg ou Pg/Pd				
		Sur Pg/Pg/Pg toucher avant le 1 ^e coup en Pd/Pg ou Pg/Pd				
		Sur Pd/Pg/Pg toucher avant le 1 ^e coup en Pd/Pg ou Pg/Pd				
		Totaux techniques/45

Assaut à thème		Exécution /5	Validité /5	Variété /5	Total /15
Anticiper pour toucher avant d'être touché	Reprise 1				
	Reprise 2				
Totaux Assaut à thème	/30

Assaut libre		Exécution /5	Validité /5	Variété /5	Total /15
3 x 1'30"	Reprise 1				
	Reprise 2				
	Reprise 3				
Totaux Assaut libre	/45

TOTAL GENERAL	Le candidat doit obtenir un minimum de 70/120/120
----------------------	---	-----------

Décision : **Gant Blanc 1°** **Gant Blanc 2°** **Gant Blanc 3° = GANT BLANC**
 (rayer les mentions inutiles)
 Nom des membres du Jury Emargement