



INITIATEUR PISD BOXE LIBRE

Fiche de passage de ceinture **rouge/noir**
(Double de la fiche à retourner au fondateur)



NOM DU PRATIQUANT : _____
Né(e) le : _____

ADMIS
NOM ADMIS
Moyenne 100/140

TRAVAIL DEMANDER	OBSERVATION	NOTE
CHUTE AV.AR.LAT		/10
10 BLOCAGES		/10
10 COUPS DE POING		/10
10 COUPS DE PIEDS		/10
5 COUPS DE COUDES		/10
3 COUPS DE GENOUX		/10
10 PROJECTIONS		/10
10 IMMOBILISATIONS SOL		/10
14 TECHNIQUES DE S.D AVEC FINITIONS DONT 4 CONTRE ARMES		/10
10 ENCHAINEMENTS PIED/POING		/10
10 ENCHAINEMENTS POING/PROJECTION		/10
10 ENCHAINEMENTS DEBOUT/SOL		/10
MANIEMENT D'UNE ARME BLANCHE TOUS LES BLOCAGES+ANGLES+NOMS		/10
10 POINTS VITAUX		/10
Connaissance de l'école* Toutes les questions ? ELIMINATOIRE		

TOTAL :

- Le nom du fondateur ?
- Nom de l'école ?
- Nommés les trois systèmes de base de l'école ?
- Nommés les racines de l'école ?
- Les nombres de ceintures et leurs couleurs de l'école ?
- Le salut debout & au sol ?

SIGNATURE DE L'INSTRUCTEUR