



Fiche de passage de ceinture *verte* PISD / BOXE LIBRE

(Double de la fiche à retourner au fondateur)



NOM DE L'ELEVE : _____

Né(e) le : _____

ADMIS

NON ADMIS

Moyenne 70/140

TRAVAIL DEMANDE	OBSERVATION	NOTE
CHUTE AV.AR.LAT		/10
2 BLOCAGES		/10
4 COUPS DE POING		/10
4 COUPS DE PIED		/10
2 COUPS DE COUDES		/10
2 COUPS DE GENOUX		/10
5 PROJECTIONS		/10
5 IMMOBILISATIONS SOL		/10
5 TECHNIQUES DE S.D AVEC FINITIONS		/10
2 ENCHAINEMENTS PIED/POING		/10
2 ENCHAINEMENTS POING/PROJECTION		/10
2 ENCHAINEMENTS DEBOUT/SOL		/10
MANIEMENT D'UNE ARME BLANCHE		/10
Connaissance de l'école* 1 question ? ELIMINATOIRE		/10

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 ?

Date le/...../.....

SIGNATURE DE L'INITIATEUR ou INSTRUCTEUR SUIVI DE SON NOM