Grades	Techniques	en déplacement 6 directions	Enchainements liaison debout/sol	garde garde croisée	Chutes	Retournements	Immobilisations variantes sorties	Arbitrage divers
B/J==== DEB.	Taï Otoshi O uchi gari koshi guruma Ko uchi gari ko soto gari o soto gari	en AV ou AR		placement des mains en garde traditionnel	AR AV		on gesa gatame kami shio gatame	hajime matte sore made ceinture-salut-dojo-judogi etc
B/J MP	Taï Otoshi O uchi gari koshi guruma Ko uchi gari ko soto gari o soto gari	en AV ou AR	O soto / on gesa	placement des mains attention pas autour du cou	AR AV	4 pattes	tatami - jigoro kano - connais tu des champions de judo - kimono - judogi - dojo-etc petit salut et grand salut	
Jaune MP	morote barré sasae sturi komi hiza guruma uki goshi	en AV ou AR	liaison D/S sur mvt AR	placement des mains attention pas autour du cou	AR AV	2 retournements à 4 pattes	à partir de hon gesa faire yoko shio gatame tate shio gatame kami shio gatame sortie sur hon gesa	osae komi - toketa gestes de l'arbitre yuko - waza ari - ippon temps immo petit et grand salut
J/O Poussins	o goshi o soto gari harai goshi ko uchi gari o uchi gari ippon seoi nage	"en tirant en avançant latérales	1 enchainement 1 liaison debout / sol harai goshi esquive ko uchi gari harai goshi / o soto gari	garde croisée et sasae	AR AV latérales G et D	T sur côté U 4 pattes ; T à cheval = retournement 2 retournements à 4 pattes	3 sorties sur hon gesa ceinture et bascule décaler balancier avec jambes accroche et ciseaux kata gatame	gestes de l'arbitre temps immob yuko - waza ari - ippon équivalence en pénalité
Orange Poussins	eri seoi nage moroté seoi nagé okuri ashi baraï tai otoshi harai goshi ashi guruma	en tirant en avançant latérales en cercle G et D	ippon / ko uchi haraï goshi / o soto gari	garde croisée et sasae	AR AV plaquées latérales G et D	T sur côté U 4 pattes ; T à cheval = retournement 2 retournements à 4 pattes	1 sortie sur kami shio prise ceinture action réaction bascule + ushiro gesa gatame + makura	les valeurs les pénalités
O/V Benjamins	sode sturi goshi tsuri komi goshi O guruma uchi mata sasae sur garde croisée de ashi barai ippon à gauche	en tirant en avançant latérales en cercle G et D	ko uchi / uchi mata harai / o soto gari T tentative o soto U réagit et T fait sasae à droite	garde croisée sasae garde croisée o uchi gari enlever main qui gêne et attaquer	AR AV G et D plaquées latérales G et D chute AV au dessus U 4 pattes	divers retournements + entrée de face T devant - côté - à cheval	3 immo au choix sorties sur on gesa et kami shio et tate shio et yoko shio	
Verte & Bleue Marron Benjamins Minimes	tomoe nage hané goshi Yoko tomoe nage tani otoshi tai otoshi té gurma	uchi mata en tirant en tournant côté manche et en cercle côté revers	o soto / o soto en contre U fait harai T contre en tani otaoshi U fait harai T contre en té guruma	garde croisée sasae garde croisée o uchi gari enlever main qui gêne et attaquer	AR AV G et D plaquées latérales G et D chute AV au dessus U 4 pattes	divers retournements + entrée de face T devant - côté - à cheval	3 immo au choix sorties sur on gesa et kami shio et tate shio et yoko shio	