

# PASSAGE

# DE GRADE

Afin de préparer au mieux le passage de grade, voici un petit rappel des questions que nous pourrions vous poser lors de l'examen. Bonne révision à tous.

Judo club Serémange Erzange/Fameck.



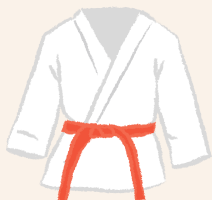
**QUI A INVENTÉ LE JUDO ?**

Jigorō Kanō



**QUEL EST LE PAYS D'ORIGINE DU JUDO ?**

Le Japon



**COMMENT S'APPELLE LA TENUE D'UN JUDOKA ?**

Le judogi



**COMMENT SE NOMME LE LIEU DANS LEQUEL NOUS FAISONS DU JUDO ?**

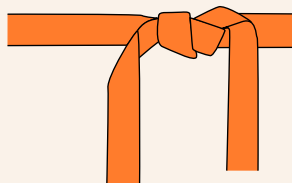
Le dojo



### **QUE SIGNIFIE "HAJIME" ET "MATTE" ?**

"commencer" et "arrêter"

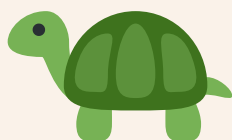
---



### **DONNEZ L'ORDRE DES CEINTURES DE LA BLANCHE À L'ORANGE**

Blanche, blanche 1 liseré, blanche 2 liserés, blanche-jaune, jaune, jaune orange, orange

---



### **CITEZ UNE TECHNIQUE DE DÉFENSE**

La position de la tortue

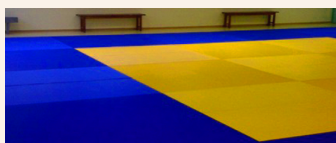
---



### **COMMENT GAGNER UNE COMBAT DE JUDO ?**

Il faut immobiliser son/sa partenaire sur le dos

---



### **COMMENT SE NOMME LES TAPIS SUR LESQUELS NOUS FAISONS DU JUDO ?**

Les tatamis

Enfin, voici les 4 immobilisations principales que vous devez connaître:

**LA PRISE DU PAPIER CADEAU  
(YOKO SHIO GATAME)**



**LA PRISE À CHEVAL  
(TATE SHIO GATAME)**



**LA PRISE À L'ENVERS  
(KAMI SHIO GATAME)**



**LA PRISE DE LA VOITURE  
(HON GESA GATAME)**

