

**PLANNING DE PASSAGE DE GRADES ENFANTS ( MOINS DE 13 ANS)**

TEMPS PRATIQUES	BLANCHE	BLANCHE / JAUNE	JAUNE	JAUNE / ORANGE	ORANGE	ORANGE / VERTE	VERTE	VERTE / BLEUE	BLEUE	VERTE / BLEUE	MARRON
	Vers ↓ 3 Mois BLANCHE / JAUNE	Vers ↓ 6 Mois JAUNE	Vers ↓ 6 Mois JAUNE / ORANGE	Vers ↓ 9 Mois ORANGE	Vers ↓ 9 Mois ORANGE / VERTE	Vers ↓ 9 Mois VERTE	Vers ↓ 9 Mois VERTE / BLEUE	Vers ↓ 12 Mois BLEUE	Vers ↓ 12 Mois VERTE / BLEUE	Vers ↓ 12 Mois MARRON	Vers ↓ 12 Mois NOIRE / BLANCHE
KHIKONS	<p><b>Positions :</b> Heisoku-dachi Musubi-dachi Zenkusu-dachi</p> <p><b>Techniques :</b> Oi-zuki Jodan-agé-uké Mae-géri Gédan-barai</p>	<p><b>Positions :</b> Idem Blanche /Jaune + Kokutsu-dachi</p> <p><b>Techniques :</b> Idem Blanche /Jaune + Shuto-uké Uchi-uké Yoko-Géri</p>	<p><b>Positions :</b> Idem Jaune</p> <p><b>Techniques :</b> Idem Jaune + Mawashi-géri Tetsui-uchi Soto-uké</p>	<p><b>Positions :</b> Idem Jaune / Orange + Kiba-dachi</p> <p><b>Techniques :</b> Idem Jaune / Orange + Uraken-uchi Gyaku-zuki Gyaku-uchi-uké Moroté-uchi-uké</p>	<p><b>Positions :</b> Idem Orange +</p> <p><b>Techniques :</b> Idem Orange + Kosa-uké Osaé-uké Nukité Fumikomi Empi Taté-shuto-uké Ushiro-empishi</p>	<p><b>Positions + Déplacements</b> Idem Orange / Verte + Kosa-dachi Ayumi-ashi Yori-ashi Tsugi-ashi</p> <p><b>Techniques :</b> Idem Orange / Verte + Jodan moroté-haian-uké Juji-uké Yoko-géri-kéagé Nagashi-uké Shuto-uchi Kakiwaké-uké</p>	<p><b>Positions + Déplacements</b> Idem Verte +</p> <p><b>Techniques :</b> Idem Verte + Kagi-zuki Haïshu-uké Mikazuki-géri Ura-zuki Manji-uké</p>	<p><b>Positions + Déplacements</b> Idem Verte / Bleue + Heïko-dachi Uchi-hachiji-dachi Hachiji-dachi Hiki-ashi</p> <p><b>Techniques :</b> Idem Verte / Bleue + Nami-ashi Moroté-udé-uké Moroté-zuki Taté-uraken-uchi</p>	<p><b>Positions + Déplacements</b> Idem Bleue + Reinoji-dachi Moto-dachi-Kata-ashi-dachi</p> <p><b>Techniques :</b> Idem Bleue + Moroté-shuto-uké Ren-zuki Udé-mawashi-uké Otoshi-zuki Tobi-géri Haïto-uchi</p>	<p><b>Positions + Déplacements</b> Idem Bleue / Marron +</p> <p><b>Techniques :</b> Idem Bleue / Marron + Gyaku-soto-uké Sukui-uké Hasami-uchi Yama-zuki Mawashi-zuki Hiza-gérii</p>	<p><b>Positions + Déplacements</b> Idem Marron + Fudo-dachi Mawari-ashi Okuri-ashi</p> <p><b>Techniques :</b> Idem Marron + Maeté-zuki Teisho-uké Taté-zuki Ushiro-géri Ura-mawashi-géri Kakato-géri</p>
KATAS	1 Kata libre  <u>Liste</u> Taikyoku-shodan Taikyoku-Nidan	1 Kata libre Idem Blanche /Jaune +  <u>Liste</u> Taikyoku-sandan	1 Kata libre Idem Jaune +  <u>Liste</u> Héian-shodan	1 Kata libre 1 Kata imposé Idem Jaune / Orange + <u>Liste</u> Héian -nidan	1 Kata libre 1 Kata imposé Idem Orange + <u>Liste</u> Héian -sandan	1 Kata libre 1 Kata imposé Idem Orange / Verte + <u>Liste</u> Héian -Yodan	1 Kata libre 1 Kata imposé Idem Verte + <u>Liste</u> Héian -Godan	1 Kata libre 1 Kata imposé  <u>Liste</u> Les 5 Héian Tekki-shodan	1 Kata libre 1 Kata imposé  <u>Liste</u> Les 5 Héian Tekki-shodan Kanku-daï	1 Kata libre 2 Katas imposés  <u>Liste</u> Les 5 Héian Tekki-shodan Kanku-daï Bassai-daï	2 Katas libres 2 Katas imposés  <u>Liste</u> Idem Marron
KUMITES	Ju-kumité	Ju-kumité	Ju-kumité Gohon-kumité	Ju-kumité Gohon-kumité	Ju-kumité Gohon-kumité	Ju-kumité Gohon-kumité Sambon-kumité	Ju-kumité Gohon-kumité Sambon-kumité	Ju-kumité Gohon-kumité Sambon-kumité	Ju-kumité Gohon-kumité Sambon-kumité Kihon-Ippon-Kumité	Ju-kumité Gohon-kumité Sambon-kumité Kihon-Ippon-Kumité	Ju-kumité Gohon-kumité Sambon-kumité Kihon-Ippon-Kumité