

Passage de ceintures

Je suis un cours d'initiation ...

En principe, les enfants suivant un cours d'initiation ont un examen de ceinture jaune lors de la dernière leçon. Les autres doivent s'annoncer à l'un des examens semestriels.

Qui va me dire de me présenter à un examen ?

Des sessions d'examens de ceintures jaune (hors cours d'initiation), orange, verte, bleue et marron sont organisées à deux reprises chaque année. Elles se déroulent sur deux vendredis consécutifs respectivement à la fin de chaque semestre (fin juin et fin novembre - début décembre). Les candidat(e)s doivent s'annoncer proactivement auprès de leur entraîneur. Le jour et l'heure précise de leur examen leur seront ensuite communiqués.

Comment me préparer à mon examen ?

Un entraînement de préparation aux examens est organisé les vendredis de 18h00 à 19h00. Il est vivement conseillé d'y participer depuis le début du semestre. Les autres entraînements sont soit plus généralistes, soit orientés sur d'autres aspects de la pratique.

Que dois-je savoir et démontrer ?

Le programme d'examen est disponible sur le site du club www.judo-cheseaux.ch. Des brochures illustrées détaillant le programme sont également en vente au dojo. Les judokas âgés de 15 ans et plus, ainsi que les candidats à la ceinture marron se réfèrent au Go Kyo.

Ai-je l'âge et suis-je suffisamment entraîné ?

Les exigences au niveau de l'âge et du nombre d'entraînements suivis sont à disposition au dojo. Les entraîneurs peuvent renseigner sur les acquis comparativement aux niveaux requis.

Et la ceinture noire ?

Les examens de ceinture noire sont organisés au niveau national par la Fédération Suisse de Judo et Ju-Jitsu.