



CR PASSAGES DE GRADES EN NORMANDIE

Dimanche 7 juin 2026

Dimanche matin : Passage Nidan

1ère poule : 5 candidats reçus sur 5

Les observations réalisées lors de cette session confirment plusieurs points déjà relevés les années précédentes.

On retrouve notamment des difficultés récurrentes en ushiro waza, particulièrement sur ushiro katate dori kubi shime, où la mobilité, le placement et la gestion du centre restent souvent insuffisants. De nombreux candidats ont tendance à subir la saisie plutôt qu'à utiliser le déplacement pour reprendre l'initiative et construire leur technique.

Des axes de progression apparaissent également dans la construction technique elle-même. Sur des formes fondamentales telles qu'ikkyo, plusieurs candidats cherchent encore à saisir directement l'avant-bras dès la prise de contact au lieu de construire progressivement le contrôle du centre d'aïte à travers le déplacement, l'engagement du corps et la cohérence de la relation tori/aïte.

Enfin, les immobilisations demeurent un point de vigilance. Elles sont fréquemment réalisées trop rapidement, sans stabilisation suffisante du partenaire ni contrôle final clairement établi. Il convient de rappeler que l'immobilisation fait pleinement partie de la technique et doit être exécutée avec le même soin, le même shiseï et la même qualité de contrôle que les phases précédentes.

(Yvan Baptiste)

Même s'il reste des points techniques sur lesquels progresser, la poule était d'un bon niveau général au regard des critères de jugement.

Une prochaine prépa grade pourrait insister sur la gestion de l'espace (mobilité, centrage, distance, changement de niveau de travail).

J'ai noté les points forts et axes d'amélioration ci-dessous.

Points forts du groupe:

- Le reishiki est correct (même si quelquefois perfectible).
- Le catalogue technique est assimilé, les formes OMOTE/URA connues.

Axes d'amélioration :

Les candidats n'utilisent pas assez l'espace en plan comme dans la verticalité. C'est un axe à travailler car cela fera partie des critères de jugement importants pour un 3ème DAN.

Tori et Aïte restent souvent en face l'un de l'autre. Tori ne sort pas assez de l'axe (sur Gokyo par exemple). Aïte saisie katate dori sans décalage. L'action de Aïte sur la saisie katate ryote dori manque de construction. L'introduction du ken au 3ème DAN imposera de mieux appréhender les principes de l'ouverture et du centrage.

Il y a une absence de sollicitation chez les plupart des candidats. Ils ont tendance à attendre Aïte. Cela se voit plus nettement en HHW où des problèmes de mobilité en suwari waza s'ajoutent à la perte d'initiative.

L'ensemble est assez statique.

Sur le plan horizontal, il y a des difficultés dans la gestion/respect des distances. Cela se voit dès le suwari waza avec des partenaires trop proches ne permettant pas à Aïte de développer une attaque ou Tori de se positionner plus aisément.

La prise de contact sur ushiro est trop dépendante de l'action de Aïte qui fait le "tour" du partenaire.

Les techniques restent souvent au même niveau et cela se traduit par des difficultés à mettre ou maintenir en déséquilibre le partenaire ainsi que des pertes de shiseï (le corps se tord et les genoux ne fléchissent pas assez).

Aïte est souvent en difficulté lors de saisies avec des contraintes fortes (Shiho nage sur kata dori men uchi notamment).

(Fred Eude)

2ème poule : 3 candidats reçus sur 5 :

La connaissance formelle des techniques est globalement acquise sauf pour un candidat (sur sankyo ura en Suwari waza, shiho nage sur katate dori en HHW, kochi nage... et gokyo).

Dans l'ensemble les candidats (4 sur 5) restent statiques à recevoir l'attaque comme au shodan au lieu d'amorcer un déplacement pour prise de contact.

Certains candidats projettent leurs bras en avant pour prendre contact sur les frappes, au lieu de déplacer le corps, d'autres ont des "petits bras" qui montrent un défaut de ma-aï et empêchent une prise de contrôle du centre de aïte. Ce qui engendre aussi une perte de shiseï. On note souvent un tai sabaki difficile en suwari waza ou hanmihandachi waza, avec pivot sur un genou, en écartant l'autre ce qui entraîne clairement une perte de shiseï et un manque de stabilité.

Absence de kamae (ou kamae non clair) pour plusieurs candidats.

On note également une perte de shiseï pour certains candidats lors des immobilisations où le dos est rond, les orteils non accrochés pendant les déplacements, et les talons ne sont pas joints sous l'axe de la colonne mais placés de façon disparate et différente à chaque immobilisation .

Sur quasi tous les candidats, l'immobilisation sur shiho nage , loin de tori, entraîne une perte de shiseï et d'équilibre.

En buki waza certains candidats ne sont pas prêts / leur kamae , et ont besoin d'une deuxième attaque pour faire la technique.

En tant que Aïte les candidats se sont tous bien comportés, avec volontarisme et prudence, mais les attaques shomen sont parfois du mauvais côté, et les attaques yokomen se font avec une rotation du corps de aïte dès le début de l'attaque qui n'a pas lieu d'être.

Le reishiki est globalement correct hormis la prise d'arme au début ou le corps se penche au lieu de fléchir les genoux en conservant le shiseï, offrant le spectacle du "postérieur" du candidat au jury. Certains candidats enjambent les armes....

(Brice Guiader)

Points positifs:

Le Reishiki est respecté (à part la prise des armes pour certains)

La nomenclature technique est connue (à part exception)

Points à travailler:

- certains candidats attendent trop et ne vont pas solliciter l'attaque.
- sur Katadori Men uchi: l'engagement lorsque tori monte son bras n'est pas présent, et le tenkan n'est pas correctement réalisé (pas vraiment en rotation, souvent en reculant, à part un candidat)
- sur ushirowaza: les mains de tori sont trop souvent sur le côté lors de la montée des bras. Pour certains, les mains ne montent pas assez pour pouvoir réaliser une coupe efficace.

Buki Waza: on peut noter des incertitudes techniques mais aussi de positionnement (maaï: tori trop prêt du jo, kamae : passe devant l'arme). Manque de sollicitation sur jo nage waza.

(François Buisson)

Dimanche après-midi : Passage Shodan

1 poule de 7 candidats reçus sur 7

(Yvan Baptiste-Brice Guiader)

Le niveau de cette poule est plutôt très bon. Un candidat reçu avec un niveau tout juste.

La connaissance formelle des techniques est acquise dans l'ensemble hormis pour 3 candidats où sankyo/yonkyo est confondu, nikkyo ura, gokyo, hiji kime osae sont à revoir. Kochi nage est correctement réalisé par la majorité des candidats, 3 candidats ne savent pas construire une forme simple (même en passant par ikkyo) du kochinage.

Les candidates et certains candidats ont un très bon kamae et un très bon shisei, conservés globalement tout le long de la technique, et il convient de bien le garder au moment de l'immobilisation qu'il faut prendre le temps de bien réaliser. Les candidat(e)s sont souvent déséquilibré(e)s avec perte de shisei dans la réalisation de shiho nage en HHW, pendant la rotation, et au moment de l'immobilisation (tori loin de aïte).

En buki waza le contrôle du tanto est à approfondir, pour ne pas saisir à la volée à une main le poignet qui tient le tanto. Un candidat se précipite sur le tanto et se fait "éventrer" au lieu de prendre le temps de contrôler l'attaque.

Plusieurs candidats s'opposent et se laissent enfermer en ninin gake

Le reishiki n'est pas complètement acquis : salut debout de aïte en seiza, armes mal positionnées à plusieurs reprises / jury qui fait office de kamiza....., oubli de salut du jury en 1er pour le début du passage....

Une cession avec un bon niveau de shodan cette année, en comparaison avec d'autres années, on note un net progrès, ce qui est plutôt prometteur pour la suite.