



Passages de grades des clubs 2026

Châble, Uvrier, Champsec, Sierre, Martigny, Montana, Saxon, Conthey, Veyras

Châble	mardi 17 mars	17h15	Quan & Olivier, Sabrina, Michel Alexis et Evan Q.
Uvrier	jeudi 26 mars	17h15	Quan & Olivier, Lara, Sabrina, Liam
Champsec	lundi 30 mars	17h00	Ismaël & Jean-Claude, Anuja
Martigny	mardi 31 mars	17h30	Olivier, Michel, Hakan, Sabrina, Evan, Simon
Crans-Montana	vendredi 24 avril	17h30	Nicola & Olivier, Quan
Saxon	lundi 27 avril	17h00	Antonio, Sabrina & Olivier, Michel
Conthey	jeudi 2 avril	17h30	Lorik & Michel, Olivier, Adriana
Sierre	mardi 5 mai	17h30	Alexandre & Olivier, Kulaliny
Veyras	mardi 12 mai	17h30	Jean-Claude & Nicola, Dorart, Rilind

TABLEAU DES GRADES

<u>Pour ceinture</u>	<u>Nom du grade</u>	<u>Kata à présenter</u>	<u>Kihon</u>	<u>Ippon Kumité</u>	<u>C.T. KCV</u>
½ Jaune	demi Heian	(5-6 ans)	2 attaques - 2 blocages	-----	KCV
Jaune	8e kyu	1er Kata Heian Shodan	2 attaques - 3 blocages	-----	KCV
Orange	7e kyu	2e Kata Heian Nidan	2 modules	2 attaques	KCV
Verte	6e kyu	3e Kata Heian Sandan	3 modules	3 attaques	KCV
1 ^e Bleue	5e kyu	4e Kata Heian Yodan	4 modules	4 attaques	KCV
2 ^e Bleue	4e kyu	5e Kata Heian Godan	5 modules	5 attaques	KCV
1 ^e Marron	3e kyu	Tekki Shodan	+ ligne	6 attaques	} Dojo ou Salle Champsec Stage obligatoire Samedi 28 mars 2026 Samedi 28 novembre 2026
2 ^e Marron	2e kyu	Bassaï daï	+ carré	+Jyu 3x	
3 ^e Marron	1er kyu	Jion	+ diagonale	+Jyu 3x	
Noire	1er Dan	Kanku Dai	+ diagonale	+Jyu 3x	

Les passages de ceintures permettent de juger les progrès ainsi que la capacité à gérer le stress et l'émotion face à cette situation.

Le niveau est évalué en fonction des progrès effectués ainsi que de l'application lors des entraînements. Les grades pour les enfants 5-6 ans sont divisés en barrettes (trois bandes noires), ½ ceintures et, exceptionnellement, ceinture entière.