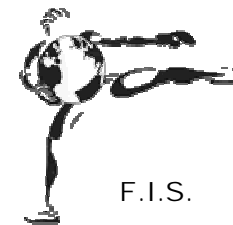




GUANTO ARGENTO 2° GRADO

Programma d'esame ufficiale FISa a cura del M° Alfredo Lallo



Echaînements de coups de pied

1	Fouetté figure sauté jambe arrière	Parade protection
	Chassé bas de l'autre jambe sauté	Esquive
	Revers tournant figure de l'autre jambe	Esquive par retrait du buste
	Chassé frontal médian jambe avant	Parade

2	Revers tournant figure	Esquive du buste
	Sans reposer : fouetté figure même jambe	Parade protection
	Chassé bas de l'autre jambe	Esquive
	Reverse figure frontal même jambe	Esquive du buste
	Fouetté figure sauté même jambe	Parade protection

3	Chassé bas sauté jambe avant	Esquive
	Chassé tournant figure de l'autre jambe	Esquive du buste
	Fouetté médian de l'autre jambe	Parade
	Fouetté sauté figure de l'autre jambe	Parade
	Chassé bas même jambe	Esquive

4	Chassé bas jambe avant sauté	Esquive
	Revers figure sauté même jambe	Esquive du buste
	Fouetté médian jambe arrière	Parade
	Revers tournant figure même Jambe	Esquive du buste
	Fouetté figure même jambe	Parade

5	Chassé frontal médian jambe Arrière	Parade
	Chassé bas jambe avant sauté	Esquive
	Fouetté figure même Jambe	Parade
	Revers figure même jambe	Esquive du buste
	Revers figure tournant de l'autre jambe	Esquive du buste



GUANTO ARGENTO 2° GRADO

Programma d'esame ufficiale FISa a cura del M° Alfredo Lallo



F.I.S.

Echaînements de coups de poings

1	Direct du bras avant figure.	Esquive latéral du buste
	Uppercut du bras arrière figure	Parade
	Crochet du bras avant figure	Esquive rotative
	Direct même bras figure	Esquive par retrait du buste
	Direct du bras arrière corps	Parade
	Direct du bras avant figure	Esquive latéral

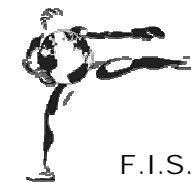
2	Feinte direct du bras arrière figure	
	Crochet du bras avant figure	Esquive rotative
	Crochet du bras arrière figure	Parade protection
	Uppercut du bras avant corps	Parade
	Uppercut du bras arrière figure	Parade
	Crochet du bras avant figure	Esquive rotative

3	Feinte direct du bras arrière figure	
	Uppercut figure bras avant	Parade
	Crochet figure bras arrière	Esquive rotative
	Direct figure bras avant	Esquive latéral du buste
	Uppercut figure bras arrière	Parade
	Pas de côté direct bras avant figure	Parade

4	Direct du bras avant figure	Esquive par retrait du buste
	Direct du bras arrière figure	Esquive latéral
	Pas de côté : direct bras arrière figure	Protection
	Uppercut figure bras avant	Parade
	Direct figure bras arrière	Esquive rotative
	Direct figure bras avant	Esquive latéral

5	Direct du bras avant au corps	Parade
	Direct du bras arrière figure	Esquive latéral du buste
	Uppercut bras avant au corps	Parade
	Crochet figure même bras	Esquive rotative
	Uppercut figure bras arrière	Parade
	Uppercut au corps bras avant	Parade
Direct figure bras arrière	Esquive latéral	

GUANTO ARGENTO 2° GRADO



Programma d'esame ufficiale FISa a cura del M° Alfredo Lallo

Echaînements de pieds – poings - pieds

1	Fouetté bas jambe arrière	Esquive
	Fouetté figure jambe avant	Parade protection
	Direct figure bras arrière	Esquive latéral du buste
	Uppercut au corps bras arrière	Parade
	Revers figure jambe avant	Esquive du buste
	Chassé bas jambe avant	Esquive sur place

2	Fuetté figure jambe avant	Parade protection
	Chassé bas même jambe	Esquive
	Ditect figure bras arrière	Esquive du buste
	Crochet figure bras avant	Esquive Rotative
	Fuetté médian jambe arrière	Parade
	Revers tournant figure jambe arrière	Esquive du buste

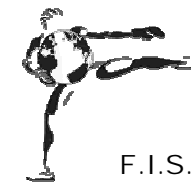
3	Chassé bas jambe arrière	Esquive sue place
	Fuetté figure même jambe	Parade protection
	Direct figure bras avant	Esquive latéral
	Direct figure bras arrière	Esquive latéral
	Revers sauté figure jambe avant	Esquive du buste
	Chassé tournant sauté median	Parade
	Jambe arrière	

4	Chassé bas jambe avant	Esquive sur place
	Fuetté figure même jambe	Parade protection
	Direct figure bras arrière	Esquive latéral
	Fuetté médian jambe j.be avant	Parade
	Revers figure tournant j.be arrière	Esquive du buste
	Reverse fig.tournant sauté j.be arrière	Esquive en rompant

5	Revers figure jambe avant	Esquive du buste
	Coup de pied bas	Esquive sur place
	Direct figure bras avant	Esquive latéral
	Direct au corps bras arriere	Parade
	Chassé figure jambe avant	Esquive du buste
	Fouetté médian jambe arrière	Parade



GUANTO ARGENTO 2° GRADO



Programma d'esame ufficiale FISa a cura del M° Alfredo Lallo

Echaînements de coups Poings – Pieds - Poings

1	Direct bras avant figure	Esquive latéral
	Direct bras arrière figure	Esquive latéral
	Crocchet bras avant figure	Esquive rotative
	Fouetté Médian jambe arrière	Parade
	Chassé bas jambe avant	Esquive sur place
	Direct au corps bras arrière	Parade

2	Direct bras avant figure	Parade
	Doublé figure	Esquive latéral
	Revers jambe avant figure	Esquive de buste
	Fouetté bas même jambe	Esquive par retrait de la jambe
	Direct bras arrière figure	Parade
	Crocchet bras avant figure	Esquive rotative
Uppercut figure bras arrière	Parade	

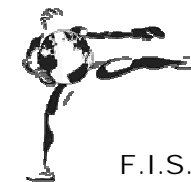
3	Direct bras avant Figure	Esquive latéral
	Uppercut au corps bras arrière	Parade
	Revers figure jambe avant	Esquive du buste
	Fuetté figure même jambe	Parade protection
	Uppercut au corps bras avant	Parade
	Crocchet figure même bras	Esquive rotative
	Direct bras arrière figure	Esquive latéral

4	Feinte de direct bras avant figure	
	Crocchet bras avant figure	Parade protection
	Uppercut bras arrière figure	Parade
	Chassé bas jambe arrière	Esquive sur place
	Fuetté figure jambe avant	Parade protection
	Direct bras avant au corps	Parade
Direct bras arrière au corps	Parade	

5	Feinte de direct bras avant figure	
	Crocchet bras arrière figure	Esquive rotative
	Uppercut bras avant au corps	Parade protection
	Direct bras avant figure	Esquive latéral
	Coup de pied bas	Esquive sur place
	Revers sauté figure jambe avant	Esquive du buste
	Chassé tournant sauté median	Parade protection
	Jambe arrière	

GUANTO ARGENTO 2° GRADO

Programma d'esame ufficiale FISa a cura del M° Alfredo Lallo



F.I.S.

Assaut a Thèmes pour le G.A.T. 2

Le assaut a thèmes se déroulent en deux reprises longues de 1 mn. 30 . Pour chaque assaut ,les tireurs seront pous la premiée reprise l'un en situation d'attaque , l'autre en situation de défense et les roles devront être ensuite inversés pour la reprise suivante

Deux thèmes sont tirés au sort : un pour chaque assaut de 2 x 1,30 mn.

THÈMES EN SITUATION D'ATTAQUE	THÈMES EN SITUATION DE DÉFENSE
<p>1 . Attaque en enchaînements de coups de pied (4 coups au minimum)</p> <p>2 .Attaque en enchaînements de coups de poings (5 coups minimum)</p> <p>3 . Attaque en enchaînements < pieds poings pieds ></p> <p>4 .Attaque en enchaînemeints < poings-pieds - poings ></p>	<p>1 Sur des attaques aux pieds – Parades – esquives et ripostes en enchaînements <poings –pieds – poings></p> <p>2 Sur des attaques aux pieds – coups d'arrêt ou contres aux poings, enchaîner aux pieds</p> <p>3 Sur des attaques aux poings – Parades - esquives et ripotes en enchaînements< pieds poings-pieds></p> <p>4 Sur des attaques aux poings – coups d'arrêt ou contres aux pieds enchaîner aux poings.</p>