



NFBJJ/FROS – EXAMEN 3^{de} DAN

KANDIDAAT: «Kandidaat»

Datum: «Datum»

JURLID: «Jurylid»

Kandidaat moet uit vier gesloten omslagen kiezen.

In elke gesloten omslag zit een lijst met 11 aanvallen waarop de kandidaat zich moet verdedigen.

De 11 de techniek moet uitgelegd worden.

De kandidaat doet een vrij gevecht tegen 2 gewapende aanvallers.

| | | | | |
|----|-------------------------|-------------------|--|--|
| 10 | Technieken | Max. 50p/min. 30p | | |
| | Uitleg 11ste techniek | Max. 10p/min. 05p | | |
| 10 | Technieken vrij gevecht | Max. 20p/min. 10p | | |
| | Variatie | max. 10p/min. 5p | | |
| | Logica | max. 10p/min. 5p | | |
| | Gedrag | max. 10p/min. 5p | | |
| | Houding | max. 10p/min. 5p | | |

De jury mag altijd bijkomende technieken vragen, indien zij dit wensen te doen wordt dit gequoteerd op max. 60p min 35p.

Op ieder onderdeel moet men minstens de helft behalen en in totaal 60% behalen om te slagen. Totaal aantal punten is 120p en om te slagen moet men minstens 72p behalen.

GESLAAGD / NIET GESLAAGD

HANDTEKENING