

REGLEMENT POUR LE PASSAGE D'UN GRADE DE CEINTURE NOIRE " VOIE TRADITIONNELLE "

(Ce qui suit est un condensé du règlement officiel de la FFKDA afin de vous aider pour le passage de votre grade de ceinture Noire, pour avoir ce règlement complet, Veuillez vous rendre sur le site de la FFK A "Règlement de la CSDGE")

PREAMBULE :

Les différents grades de Karaté et Disciplines Associées forment un ensemble dans la progression des connaissances en Karaté et Disciplines Associées. L'acquisition des valeurs morales, la progression technique et sportive sont l'aboutissement normal de l'enseignement du professeur et de l'entraînement. L'échelle des grades valide cette progression.

Nul ne peut participer à la délivrance des grades par l'intermédiaire de quelque organisme que ce soit autre que la commission spécialisée des Dan et grades équivalents et se prévaloir ou avoir accepté un grade qui n'aurait pas été délivré par la commission spécialisée des Dan et grades équivalents. Conformément à l'article L. 212-5 du code du sport, dans les disciplines relevant des arts martiaux, nul ne peut se prévaloir d'un Dan ou d'un grade équivalent sanctionnant les qualités sportives et les connaissances techniques, et, le cas échéant, les performances en compétition s'il n'a pas été délivré par la commission spécialisée des Dan et grades équivalents de la fédération délégataire.

PARTIE TECHNIQUE :

Article 402 – EXAMEN POUR L'OBTENTION DU 1^{er} DAN

Article 402-1 – Examen 1^{er} Dan voie " traditionnelle "

Jury 1	Jury 2	Jury 3
KHION (Noté sur 20)	KATA (Noté sur 20)	JIYU IPPON KUMITE (Noté sur 20)
KHION IPPON KUMITE (Noté sur 20)	BUNKAÏ (Noté sur 20)	JU KUMITE / RANDORI (Noté sur 20)

Obtention du Grade si note $\geq 60/120$

Si un candidat obtient une note éliminatoire inférieure ou égale à 5/20, l'examen n'est pas validé même si le candidat obtient plus que la moyenne. Dans ce cas, le candidat devra repasser l'épreuve pour laquelle il a eu une note éliminatoire, ainsi que les épreuves où il n'a pas obtenu la moyenne.

L'examen du 1^{er} Dan voie "traditionnelle "est composé de 6 épreuves notées chacune sur 20.

Les épreuves sont :

- 1/ Kihon
- 2/ Kihon Ippon Kumité
- 3/ Kata
- 4/ Bunkaï
- 5/ Jiyu Ippon Kumité
- 6/ Ju Kumité (Randori ou Midare)

Le candidat est examiné par 3 jurys différents composés chacun de 3 juges. Chaque jury note deux épreuves, qui sont :

- ▶ **Module 1 : Kihon et Kihon Ippon Kumité ;**
- ▶ **Module 2 : Kata et Bunkaï ;**
- ▶ **Module 3 : Jiyu Ippon Kumité et Ju Kumité (Randori).**

A. Module 1

1/ Kihon (annexe 1)

Le jury ne peut évaluer que deux candidats à la fois à l'épreuve du Kihon.

Le Kihon est composé de 3 parties sous une seule même note :

- 1/ des techniques de base simples exécutées en aller et retour sur trois pas en avançant ou en reculant ;
- 2/ des techniques de base exécutées sur place en position de combat Fudo Dachi, dans une seule direction

ou de façon multidirectionnelle, avec ou sans sursaut ;
3/ un exercice de maîtrise de la technique exécuté deux par deux.

Partie 1 – les candidats sont évalués sur des techniques simples sur trois pas.

Les candidats sont ensuite évalués sur des techniques d'enchaînements simples, au maximum trois mouvements, toujours sur trois pas.

Partie 2 – Les candidats en position de combat (Fudo Dachi) sont évalués sur des techniques simples avec retour à la position de départ en fin de mouvement.

- ▶ Le candidat est interrogé sur un enchaînement simple de trois techniques sur place avec ou sans sursaut, à droite puis à gauche ;
- ▶ Multidirectionnel (Kihon sur un seul adversaire imaginaire qui se déplace). Le candidat est interrogé sur des techniques de maximum trois mouvements multidirectionnels, à droite puis à gauche.

Partie 3 – Cette épreuve est composée de 5 techniques choisies par le jury, parmi les 7 possibles, exécutées sur cible.

Les deux candidats se font face. **Tori** est l'**attaquant**. **Uke** sert de **partenaire** en présentant la cible.

Tori doit démontrer la maîtrise du geste et la maîtrise de la distance en réalisant un mouvement technique simple.

Uke doit se positionner en faisant un ou deux petits sursauts, arrière ou de côté. Tori adapte sa distance et exécute le mouvement technique avec précision et maîtrise, en répétition (au minimum 3 fois).

Ces mouvements techniques sont :

- ▶ Mae Geri, de la jambe arrière posée derrière, niveau chudan ;
- ▶ Mawashi Geri, de la jambe arrière posée derrière, niveau jodan ou chudan ;
- ▶ Mae Geri de la jambe avant avec sursaut, niveau chudan ;
- ▶ Mawashi Geri, de la jambe avant avec sursaut, niveau jodan ou chudan ;
- ▶ Gyaku Zuki chudan (coup de poing direct du bras arrière) ;
- ▶ Kizami Zuki/Maete Zuki (coup de poing direct du bras avant), niveau jodan, suivi de Gyaku Zuki (coup de poing direct du bras arrière), niveau chudan ;
- ▶ Oi Zuki (coup de poing en avançant), niveau jodan, retour à l'arrière.

Pendant l'exécution de la technique de Tori, Uke est passif et tout à fait immobile.

Après l'exécution de la technique de Tori, Uke se repositionne.

Ces 5 techniques sont exécutées à droite ou à gauche, au choix du candidat.

2/ Kihon Ippon Kumité (annexe 2, §A)

Il est composé des 5 attaques :

- ▶ Oi Zuki Jodan ;
- ▶ Oi Zuki Chudan ;
- ▶ Mae Geri Chudan ;
- ▶ Mawashi Geri Jodan ou Chudan ;
- ▶ Yoko Geri Chudan.

Chacune de ces attaques est exécutée une fois à droite et une fois à gauche.

Les candidats inverseront les rôles lorsque Tori aura réalisé toutes ses attaques.

B. Module 2

1/ Kata (annexe 3)

Pour l'épreuve Kata, le candidat rappelle d'abord au jury son style renseigné sur la fiche d'inscription.

Le candidat doit ensuite réaliser un Kata libre. Il peut le choisir dans la liste des Katas de 1er Dan de son style, mais aussi dans la liste des Katas de 1er Dan qui relèvent de tout autre style.

Il doit enfin réaliser un kata imposé. Ce Kata est tiré au sort parmi la liste des Katas de 1er Dan du style annoncé lors de son inscription.

2/ Bunkai

Le candidat est évalué avec un partenaire sur les différentes techniques ou séquences issues des kata de sa liste. Les techniques ou séquence seront déterminées par les membres du Jury formant la table d'examen.

C. Module 3

1/ Jiyu Ippon Kumité

Jiyu Ippon Kumité

Les 3 attaques ainsi que le niveau sont annoncés. Celles-ci sont choisies par le jury parmi la liste suivante :

- ▶ Oi Zuki ;
- ▶ Mae Geri ;
- ▶ Mawashi Geri ;
- ▶ Yoko Geri ;
- ▶ Gyaku Zuki ;
- ▶ Maete Zuki.

Après chaque attaque les candidats reprennent la position Hachi ji Dachi.

2/ Ju Kumité (Randori)

Il est demandé 1 assaut souple afin d'examiner les qualités techniques des deux candidats. La durée de cet assaut est de 2 mn maximum.

PARTIE GENERALE :

Article 201 – CONDITIONS GÉNÉRALES D'INSCRIPTION :

Tout candidat à un passage de Dan et grade équivalent relevant de la CSDGE de la FFKDA doit :

- ▶ Présenter un certificat médical de non contre-indication à la pratique en compétition du karaté ou de la discipline associée datant de moins de 60 jours avant le début de la saison sportive. Ce certificat médical, valable pour l'ensemble de la saison sportive, doit être établi conformément aux dispositions en vigueur (notamment article L. 231-2 et suivants du Code du sport) ;
 - ▶ S'acquitter d'un droit de présentation visant à couvrir les frais d'organisation et de gestion administrative.
- Le montant de ce droit de présentation est fixé par l'assemblée générale de la FFKDA, et couvre la participation du candidat au passage d'une session d'examen ;
- ▶ Répondre aux conditions d'âge fixées au sein du présent règlement ;
 - ▶ Attester du temps de pratique prévu au sein du présent règlement ; A partir du 2e Dan, il faut que le grade précédent ait été authentifié dans les conditions développées ci-dessous et que le délai de pratique minimum exigé entre chaque Dan soit révolu, sauf dérogation.

Article 202 – CONDITIONS SPÉCIFIQUES AUX LICENCIÉS FFKDA :

En plus des conditions générales précitées ou en rappel de celles-ci, les candidats titulaires de la licence FFKDA de la saison sportive en cours doivent :

- ▶ Posséder le passeport sportif de la FFKDA dûment renseigné (le passeport sportif est délivré par la ligue régionale FFKDA du postulant) ;
- ▶ Justifier du temps de pratique minimum défini au sein du présent règlement (justification notamment par la présentation du passeport FFKDA validé par les timbres de licence correspondants FFKDA dont celui de la saison sportive en cours).

Article 206 – TEMPS DE PRATIQUE ENTRE CHAQUE PASSAGE DE DAN ET GRADES ÉQUIVALENTS :

Grades	Ages Plancher	Délais d'activités
1 ^{er} DAN	14 ans	3 timbres de licence pour prétendre au passage du 1er Dan dont le timbre de la saison sportive en cours
2 ^{ème} DAN	18 ans	2 ans de pratique de date à date entre le passage du 1er Dan et celui du 2e Dan avec 2 timbres de licence, dont le timbre de licence de la saison sportive en cours
3 ^{ème} DAN	21 ans	3 ans de pratique de date à date entre le passage du 2e Dan et celui du 3e Dan, avec 3 timbres de licence dont le timbre de la saison sportive en cours
4 ^{ème} DAN	25 ans	4 ans de pratique de date à date entre le passage du 3e Dan et celui du 4e Dan avec 4 timbres de licence dont le timbre de licence de la saison sportive en cours
5 ^{ème} DAN	30 ans	5 ans de pratique de date à date entre le passage du 4e Dan et celui du 5e Dan avec 5 timbres de licence dont le timbre de la saison sportive en cours
6 ^{ème} DAN	41 ans	20 ans de pratique dans le grade de ceinture noire 1er Dan, dont 6 ans de pratique minimum de date à date entre le passage du 5e Dan et celui du 6e Dan avec 6 timbres de licence dont le timbre de licence de la saison sportive en cours
7 ^{ème} DAN	51 ans	7 ans de pratique de date à date entre le passage du 6e Dan et celui du 7e Dan avec 7 timbres de licence dont le timbre de la saison sportive en cours
8 ^{ème} DAN	30 ans	8 ans de pratique de date à date entre le passage du 7e Dan et celui du 8e Dan avec 8 timbres de licence dont le timbre de la saison sportive en cours
9 ^{ème} & 10 ^{ème} DAN		Les décisions relèvent de la stricte compétence de la CSDGE

Article 401 – RÈGLES GÉNÉRALES :

Les candidats aux examens de grade doivent impérativement se présenter en Karaté-Gi.

Le règlement et le contenu de l'examen sont identiques pour les hommes et les femmes.

Le jury doit tenir compte de l'âge du candidat dans l'évaluation de la prestation technique.

Le nombre d'années requis entre chaque grade est indiqué dans les articles 205 et 206 du présent règlement.

Lors des tests « compétition », seuls sont autorisés les surclassements permis par les règlements FFKDA.

L'ensemble des examens se déroule sans public. Un seul enseignant par club, ayant un ou des candidat(s) inscrit(s), est admis.

Article 401-1 – Règles du 1er au 3e Dan

Jusqu'au 2e Dan, les candidats ont la possibilité de passer leur grade dans la voie traditionnelle ou la voie compétition.

La voie traditionnelle est composée de 6 épreuves, chacune notée sur 20.

La voie compétition est composée de 4 épreuves, dont 3 notées sur 20 et des tests compétition.

Pour le 3e Dan, les candidats doivent passer dans la voie traditionnelle.

Au premier passage, le candidat doit présenter toutes les UV.

Pour l'obtention de l'examen le candidat doit obtenir la moyenne générale :

- ▶ voie traditionnelle : sur 120 points, soit 60 sur 120 ;
- ▶ voie compétition : sur 60 points, soit 30 sur 60, et les tests compétition réussis.

Si le candidat n'obtient pas la moyenne générale, les UV pour lesquelles il a obtenu une note supérieure ou égale à 10/20 restent acquises définitivement. Dans ce cas, seules les UV n'ayant pas obtenu la moyenne devront être repassées. En participant à des stages listés dans un calendrier fédéral validé par la CSDGE, les candidats peuvent bénéficier d'une bonification de points (1 point par stage) en prévision de l'examen de grades qu'ils préparent.

Le nombre de points maximal pouvant être obtenus est égal à :

- ▶ 3 points pour un passage de 1er Dan (stages ouverts aux ceintures marrons candidats ou futurs candidats au passage de 1er Dan) ;
- ▶ 4 points pour un passage de 2e Dan (2 points maximum par saison sportive) ;
- ▶ 6 points pour un passage de 3e Dan (2 points maximum par saison sportive).

La validation de chaque point obtenu est certifiée sur le passeport du candidat, par le responsable régional des grades aux pages 20 et 21 du passeport.

La validation du responsable des grades certifie la présence du candidat aux stages considérés.

Note éliminatoire

Si un candidat obtient une note éliminatoire inférieure ou égale à 5/20, l'examen n'est pas validé même si le candidat obtient plus que la moyenne. Dans ce cas, le candidat devra repasser l'épreuve pour laquelle il a eu une note éliminatoire, ainsi que les épreuves où il n'a pas obtenu la moyenne.