

*LES GRADES
DU KARATE
ET DES
ARTS MARTIAUX
AFFINITAIRES*

CSDGE

FFKAMA

COMMISSION SPECIALISEE DES DANS ET GRADES EQUIVALENTS DE LA FEDERATION
FRANCAISE DE KARATE ET ARTS MARTIAUX AFFINITAIRES

*122 RUE DE LA TOMBE ISSOIRE
75014 PARIS*



SOMMAIRE

I - REGLEMENT INTERIEUR DE LA CSDGE

- Contenu et modification du règlement intérieur
- Rôle de la commission
- Composition de la commission
- Fonctionnement de la commission
- Structures mises en place
- Condition d'inscription aux dans et grades équivalents
- Bonifications temps et age
- Structures mises en place
- Hauts grades
- Passage de dan et grades des équipes de France
- Grades exceptionnels
- Reconnaissance et équivalence des dans et grades délivrés à l'étranger
- Evaluation des dans et grades dans les DOM TOM
- Juges et arbitres des examens de dans et grades

II - REGLEMENT TECHNIQUE

-Règles communes
-Examens pour l'obtention des 1^{er} et 2^{ème} dan
-Examens pour l'obtention du 3^{ème}
-Examens pour l'obtention du 4^{ème} dan
-Examen pour l'obtention du 5^{ème} dan
-Examen pour l'obtention du 6^{ème} dan
-Examen pour l'obtention des hauts grades (au dessus du 6^{ème} dan)

III ANNEXES

- ANNEXE I (KI-HON : TECHNIQUE DE BASE)
- ANNEXE II (KUMITE : ASSAULTS CONVENTIONNELS)
- ANNEXE III (KATA)
- ANNEXE IV (TEST COMPETITION)
- ANNEXE V (BONIFICATIONS)
- ANNEXE VI : PROGRAMME KATA PAR DAN ET PAR STYLES
- ANNEXE VII : TABLEAU RECAPITULATIF : TEMPS - AGE - BONIFICATIONS

PREAMBULE

1 Généralités

Les différents grades de Karaté-do forment un ensemble dans la progression des connaissances en karaté-do. Les valeurs morales, la maîtrise technique et la participation aux épreuves sont l'aboutissement normal de l'enseignement et de l'exemple dispensé de l'étude technique et de l'entraînement (SHIN-GHI-TAI).

Conformément à l'article 17-2 de la Loi du 16 Juillet 1984 modifiée et aux arrêtés du 10 Août 1999 modifié, du 19 Janvier 2001 et du 11 Avril 2001 pris pour l'application de l'article 17-2, a été créée la commission spécialisée des dans et grades équivalents de la FFKAMA. Son rôle est de contribuer et faciliter l'unité du Karaté français au travers des examens et de l'attribution des dans et grades. équivalents.

Nul ne peut participer à la délivrance des dans et grades par l'intermédiaire de quelque organisme que ce soit, autre que la Commission Spécialisée des Dans et Grades Equivalents, et se prévaloir ou accepter un grade qui n'aurait pas été délivré par cette commission.

L'usage irrégulier d'un titre protégé (les dan) est constitutif d'une usurpation de titre susceptible de faire l'objet de poursuites en vertu de l'article 433-17 du nouveau code pénal. Cet article punit d'un an d'emprisonnement et de 100000 francs d'amende quiconque aura fait « usage, sans droit, d'un titre attaché à une profession réglementée par l'autorité publique ou d'un diplôme officiel ou d'une qualité dont les conditions d'attribution sont fixées par l'autorité publique [...] »

1. PRINCIPES D'ATTRIBUTION DES DAN

En Karaté-Do et dans les arts martiaux en général, les grades se réfèrent à trois valeurs essentielles :

SHIN ou Kokoro (l'esprit ou plutôt le cœur, dans le sens spirituel) : représente toutes les vertus morales auxquelles doit se référer chaque pratiquant.

GI (la technique) : la forme, l'opportunité et l'efficacité de celle-ci sont étroitement liées.

TAI (le corps) : l'outil de l'esprit (l'adresse symbolisée par le corps).

La CSDGE a estimé qu'il était logique de tenir compte de ces critères dans l'élaboration des programmes d'examens.

Plus encore que toute autre manifestation de Karaté-Do, l'examen pour l'obtention d'un dan doit se signaler, chez tous les participants, par la volonté jamais démentie d'avoir une tenue exemplaire. Tout manquement à ce comportement exemplaire, prouverait pour le postulant qu'il n'est pas digne de se présenter, pour l'examineur qu'il n'est pas digne de



sa fonction, pour l'enseignant qu'il n'est pas digne de son rôle d'éducateur et pour le dirigeant qu'il n'est pas digne de ses responsabilités.

Des délais sont imposés entre la présentation des grades successifs. Ces délais ne correspondent pas à des périodes inactives mais au temps d'entraînement minimum, permettant au corps et à l'esprit de mûrir pour accéder au niveau suivant. Pour cette raison, un âge et un temps de pratique minimum sont fixés pour l'accession aux différents grades. En ce qui concerne les hauts grades, la continuité et l'assiduité dans la pratique sont des critères essentiels et incontournables pour l'attribution de ces dan, sans oublier un dévouement à la cause du Karaté-Do.

Dans le principe, un grade n'est jamais obtenu sans examen. Cependant, la Commission Spécialisée des Dans et Grades de Karaté a pleine et entière autorité pour décider de tout grade exceptionnel dans les conditions prévues par le présent règlement.

Pour l'obtention du premier et du deuxième dan, le test compétition, qui exprime la valeur Tai (adresse), est une composante essentielle mais pas obligatoire. Pour les pratiquants qui le désirent une voie traditionnelle permet d'accéder à ces niveaux en étant dispensé de la test compétition, celle-ci étant remplacée par un certain nombre d'assauts conventionnels propres au Karaté ou aux autres arts martiaux affinitaires.

2. CODE MORAL

C'est le respect formel du code moral que l'on s'est choisi comme condition essentielle pour mener à bien l'œuvre que l'on a décidé d'entreprendre, pour aller jusqu'au bout de sa route, avec le souci nécessaire et rigoureux de donner l'exemple.

Toutes les Ceintures Noires doivent essayer d'appliquer les principes, notamment tous les dirigeants et enseignants et particulièrement les membres de la Commission Spécialisée des Dans et Grades de Karaté-Do.

Chaque Ceinture Noire est l'ambassadeur du BUSHIDO (La voie de la protection du guerrier), code d'honneur et de morale traditionnelle qui régit l'ensemble du BUDO.



3. LES 9 VERTUS DU KARATEKA

L'HONNEUR : MEIYO

C'est la qualité essentielle. Nul ne peut se prétendre Budoka (Guerrier au sens noble du terme) s'il n'a pas une conduite honorable. Du sens de l'honneur découlent toutes les autres vertus. Il exige le respect du code moral et la poursuite d'un idéal, de manière à toujours avoir un comportement digne et respectable. Il conditionne notre attitude et manière d'être vis à vis des autres.

LA FIDELITE : CHUJITSU

Il n'y a pas d'honneur sans fidélité et loyauté à l'égard de certains idéaux et de ceux qui les partagent. La fidélité symbolise la nécessité incontournable de tenir ses promesses et remplir ses engagements.

LA SINCERITE : SEIJITSU ou MAKOTO

La fidélité nécessite la sincérité dans les paroles et dans les actes. Le mensonge et l'équivoque engendrent la suspicion qui est la source de toutes les désunions.

En karaté-do, le salut est l'expression de cette sincérité, c'est le signe de celui qui ne déguise ni ses sentiments, ni ses pensées, de celui qui sait être authentique.

LE COURAGE : YUUKI ou YUUKAN

La force d'âme qui fait braver le danger et la souffrance s'appelle le courage. Ce courage qui nous pousse à faire respecter, en toutes circonstances, ce qui nous paraît juste, et qui nous permet, malgré nos peurs et nos craintes, d'affronter toutes les épreuves. La bravoure, l'ardeur et surtout la volonté sont les supports de ce courage.

LA BONTE ET LA BIENVEILLANCE : SHINSETSU

La bonté et la bienveillance sont des marques de courage qui dénotent une haute humanité. Elles nous poussent à l'entraide, à être attentif à notre prochain et à notre environnement, à être respectueux de la vie.

LA MODESTIE ET L'HUMILITE: KEN

La bonté et la bienveillance ne peuvent s'exprimer sincèrement sans modération dans l'appréciation de soi-même. Savoir être humble, exempt d'orgueil et de vanité, sans faux-semblant est le seul garant de la modestie.

LA DROITURE : TADASHI ou SEI

C'est suivre la ligne du devoir et ne jamais s'en écarter. Loyauté, honnêteté et sincérité sont les piliers de cette droiture. Elle nous permet de prendre sans aucune faiblesse une décision juste et raisonnable.

LE RESPECT : SONCHOO

La droiture engendre le respect à l'égard des autres et de la part des autres. La politesse est l'expression de ce respect dû à autrui quelles que soient ses qualités, ses faiblesses ou sa position sociale. Savoir traiter les personnes et les choses avec déférence et respecter le sacré est le premier devoir d'un Budoka car cela permet d'éviter de nombreuses querelles et conflits.

LE CONTROLE DE SOI : SEIGYO

Cela doit être la qualité essentielle de toute ceinture noire. Il représente la possibilité de maîtriser nos sentiments, nos pulsions et de contrôler notre instinct. C'est l'un des principaux objectifs de la pratique du Karaté-do, car il conditionne toute notre efficacité.

Le code d'honneur et de la morale traditionnelle enseignée dans le Karaté-do est basé sur l'acquisition de cette maîtrise.



4. TEXTES OFFICIELS

Article 17-2 de la Loi du 16 Juillet 1984 modifiée

Dans les disciplines sportives 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 dans et grades équivalents de la fédération délégataire ou, à défaut, de la fédération agréée consacrée exclusivement aux arts martiaux.

Un arrêté du ministre chargé des sports fixe la liste des fédérations mentionnées à l'alinéa précédent.

Les commissions spécialisées des dans et grades équivalents, dont la composition est fixée par arrêté du ministre chargé des sports après consultation des fédérations concernées, soumettent les conditions de délivrance de ces dans et grades au ministre chargé des sports qui les approuve par arrêté.

Il est créé une commission consultative des arts martiaux comprenant des représentants des fédérations sportives concernées et de l'Etat, dont la composition est arrêtée par le ministre chargé des sports. Cette commission est compétente pour donner son avis au ministre de la jeunesse et des sports sur toutes les questions techniques, déontologiques, administratives et de sécurité se rapportant aux disciplines considérées et assimilées.

Loi 99-493 du 15 juin 1999

Loi relative à la délivrance des grades dans les disciplines relevant des arts martiaux.

Entrée en vigueur le 16 juin 1999

Article 2

Sous réserve des décisions de justice passées en force de chose jugée, sont validés, en tant que leur légalité serait contestée en raison de l'annulation du décret n°93-988 du 2 août 1993, les grades et dans délivrés par :

- la commission spécialisée des grades et dans de judo, jujitsu, kendo et disciplines associées de la Fédération française de judo, jujitsu, kendo et disciplines associées ;
- la commission spécialisée des grades et dans de karaté de la Fédération française de karaté et arts martiaux affinitaires ;
- la commission spécialisée des grades et dans de taekwondo et disciplines associées de la fédération française de taekwondo et disciplines associées ;
- la commission spécialisée des grades d'aïkido de l'Union des fédérations d'aïkido.



Arrêté du 10 Août 1999 relatif à la délivrance des dans ou des grades équivalents

Article 1^{er} La liste des fédérations dont les commissions spécialisées des dans et des grades équivalents délivrent des dans ou grades équivalents est la suivante :

Union des fédérations d'aïkido

Fédération française de judo, jujitsu, kendo et disciplines associées (FFJDA) (*arrêté du 10 septembre 1999*)

Fédération Française de Taekwondo et disciplines associées (FFTDA)

Fédération Française de karaté et arts martiaux affinitaires (FFKAMA) (*arrêté du 28 mars 2000*)

Arrêté du 19 janvier 2001 fixant la composition de la commission spécialisée des dans et grades équivalents de la Fédération française de karaté et arts martiaux affinitaires

Art. 1er. - La commission spécialisée des dans et grades équivalents de la Fédération française de karaté et arts martiaux affinitaires est composée:

1. D'un président désigné, après consultation de la Fédération française de karaté et arts martiaux affinitaires, par le ministre chargé des sports ;
2. Du directeur technique national ;
3. De huit membres proposés par le comité directeur de la Fédération française de karaté et arts martiaux affinitaires, dont six au moins sont titulaires du brevet d'Etat d'éducateur sportif, option karaté et arts martiaux affinitaires, ou d'un titre équivalent ;

4. De six membres désignés par les Fédérations multisports, affinitaires et scolaires et universitaires concernées ;

5. De quatre membres désignés par les organisations professionnelles d'enseignants les plus représentatives dans le karaté ou les disciplines affinitaires.

Les membres des 3^e, 4^e et 5^e catégories doivent être titulaires du 6^e dan ou d'un grade équivalent de karaté ou d'une discipline affinitaire. Toutefois, en l'absence de membre remplissant cette condition, des membres titulaires d'un 5^e ou d'un 4^e dan ou d'un grade équivalent pourront être désignés.

Lorsque le directeur technique national n'est pas titulaire au moins du 4^e dan ou d'un grade équivalent, il assiste aux réunions de la commission spécialisée des dans et grades équivalents avec voix consultative. Le comité directeur de la Fédération française de karaté et arts martiaux affinitaires désigne alors un membre ayant voix délibérative.

Art. 2. - Les membres de la commission spécialisée des dans et grades équivalents de la Fédération française de karaté et arts martiaux affinitaires sont nommés par arrêté du ministre chargé des sports.

Art. 3. - Le directeur des sports est chargé de l'exécution du présent arrêté, qui sera publié au Journal officiel de la République française.



Arrêté du 05 septembre 2001 portant approbation des conditions de délivrance des dans et grades équivalents adoptées par la commission spécialisée des dans et grades équivalents de la Fédération française de karaté et arts martiaux affinitaires.

La ministre de la jeunesse et des sports,

Vu la loi no 84-610 du 16 juillet 1984 modifiée relative à l'organisation et à la promotion des activités physiques et sportives, notamment son article 17-2 ;

Vu l'arrêté du 28 mars 2000 complétant l'arrêté du 10 août 1999 modifié relatif à la délivrance des dans ou des grades équivalents ;

Vu l'arrêté du 19 janvier 2001 fixant la composition de la commission spécialisée des dans et grades équivalents de la Fédération française de karaté et arts martiaux affinitaires ;

Vu l'arrêté du 11 avril 2001 modifié portant nomination à la commission spécialisée des dans et grades équivalents de la Fédération française de karaté et arts maritaux affinitaires ;

Vu la lettre du président de la commission spécialisée des dans et grades équivalents de la Fédération française de karaté et arts martiaux affinitaires du 3 septembre 2001 soumettant au ministre de la jeunesse et des sports les conditions de délivrance des dans et grades équivalents adoptées pas la commission spécialisée des dans et grades équivalents en ses séances des 9 juin et 1^{er} septembre 2001,

Arrête :

Art. 1er. – Sont approuvées les conditions de délivrance des dans et grades équivalents adoptées par la commission spécialisée des dans et grades équivalents de la Fédération française de karaté et arts martiaux affinitaires telles qu'elles figurent en annexe au présent arrêté.

Art. 2 – Le directeur des sports est chargé de l'exécution du présent arrêté, qui sera publié au Journal Officiel de la République française.



I. REGLEMENT INTERIEUR DE LA COMMISSION SPECIALISEE DES DAN ET GRADES EQUIVALENTS

1. CONTENU ET MODIFICATION DU REGLEMENT INTERIEUR

Le présent règlement intérieur précise notamment :

- les modalités de fonctionnement de la commission
- Les conditions administratives et techniques de présentation aux épreuves et le contenu de celles ci
- Les modalités d'organisation, d'attribution et d'équivalence des dans et grades équivalents du karaté et arts martiaux affinitaires
- Les modalités de fonctionnement des commissions d'organisation déconcentrées.

La présence de la moitié des membres de la commission est exigée pour modifier le règlement intérieur. Les décisions de modifier le règlement intérieur sont prises à la majorité des deux tiers des suffrages exprimés.

La Direction Technique Nationale peut proposer à la commission de faire évoluer le règlement et le contenu des examens. Ses propositions seront inscrites à l'ordre du jour de la commission et soumises au vote de la CSDGE.

Les modifications concernant le présent document sont soumises au ministre chargé des sports qui les approuve par arrêté.

2. ROLE DE LA COMMISSION

La CSDGE a pour objet :

- de préserver la valeur pleine et entière des dans et grades équivalents, dans leur progression, leur hiérarchie, leur harmonie afin que soient préservées les qualifications, responsabilités et représentations du Karaté et des arts martiaux affinitaires,
- d'harmoniser les dans et grades équivalents,
- d'authentifier les dans et grades équivalents de ceintures noires
- d'examiner et délivrer les dans et grades équivalents,
- de susciter une adaptation continue de la réglementation des dans et grades équivalents en préservant les notions fondamentales et traditionnelles de ceux ci.
- de soumettre à l'approbation du ministre chargé des sports les conditions de délivrance des dans et grades équivalents
- d'étudier tous les cas particuliers qui lui sont soumis

3. COMPOSITION DE LA COMMISSION

Conformément à l'arrêté du 19 Janvier 2001, la CSDGE de la FFKAMA est composée de 20 membres :



1. D'un président désigné, après consultation de la Fédération française de karaté et arts martiaux affinitaires, par le ministre chargé des sports ;
2. Du directeur technique national ;
3. De huit membres proposés par le comité directeur de la Fédération française de karaté et arts martiaux affinitaires, dont six au moins sont titulaires du brevet d'Etat d'éducateur sportif, option karaté et arts martiaux affinitaires, ou d'un titre équivalent ;
4. De six membres désignés par les Fédérations multisports, affinitaires et scolaires et universitaires concernées ;
5. De quatre membres désignés par les organisations professionnelles d'enseignants les plus représentatives dans le karaté ou les disciplines affinitaires.

Les membres des 3e, 4e et 5e catégories doivent être titulaires du 6e dan ou d'un grade équivalent de karaté ou d'une discipline affinitaire. Toutefois, en l'absence de membre remplissant cette condition, des membres titulaires d'un 5e ou d'un 4e dan ou d'un grade équivalent pourront être désignés.

Lorsque le directeur technique national n'est pas titulaire au moins du 4e dan ou d'un grade équivalent, il assiste aux réunions de la commission spécialisée des dans et grades équivalents avec voix consultative. Le comité directeur de la Fédération française de karaté et arts martiaux affinitaires désigne alors un membre ayant voix délibérative.

Peuvent être invités aux séances de la CSDGE :

- à titre exceptionnel et consultatif, en reconnaissance de leur haute maîtrise, des personnalités ayant rendu au karaté français des services particuliers,
- toute personne susceptible d'aider au fonctionnement de la commission.



4. FONCTIONNEMENT DE LA COMMISSION

La commission se réunit au moins deux fois par an sur proposition de son président ou sur demande d'un tiers au moins de ses membres.

La Commission se réunit valablement en la présence de la moitié de ses membres.

S'il n'est pas disposé autrement au sein du présent règlement, les décisions sont prises à la majorité absolue des suffrages exprimés.

En cas de partage des voix, un second vote est organisé après une nouvelle discussion.

En cas de nouveau partage des voix, celle du président de la CSDGE est prépondérante.

Aucune procuration n'est acceptée.

L'ordre du jour est fixé par le Président de la commission sur proposition du bureau de la CSDGE de la FFKAMA.

Seuls les points inscrits à l'ordre du jour sont étudiés par la commission.

La convocation, l'ordre du jour et les documents nécessaires à l'information des membres de la commission sont envoyés à ceux ci quinze jours avant la date de réunion de la commission.

5. STRUCTURE MISE EN PLACE

- **Bureau de la CSDGE**

Il est mis en place un bureau pour répondre à l'ensemble des attributions de la CSDGE

Il est l'organe administratif de la CSDGE. Il est composé du Président de la commission, d'un secrétaire général désigné par la commission, du DTN de la FFKAMA et de trois membres désignés en son sein par la CSDGE de la FFKAMA dont :

- un choisi parmi les représentants de la FFKAMA,
- un parmi les représentants des fédérations multisports, affinitaires, scolaires et universitaires,
- un parmi les représentants des organisations professionnelles.

Le bureau est désigné, lors de la première réunion de la CSDGE de chaque saison sportive, pour une saison sportive. Pour la désignation des représentants des deux dernières catégories, les postes seront successivement attribués à chacune des fédérations ou organisations représentées.

Les attributions du bureau sont les suivantes :

- expédition des affaires courantes,
- tenue des archives et enregistrement des résultats aux examens,
- courriers,
- préparation des réunions,
- procès-verbaux,
- élaboration de documents.



Sous commission du Kung Fu

- Elle est chargée de proposer à la CSDGE la réglementation technique des grades du Kung fu dans le respect du présent règlement intérieur.

- **La Commission d'Organisation Régionale des Grades**

Dans chaque ligue est mise en place une commission d'organisation régionale des dans et grades équivalents de Karaté compétente pour les passages de 1^{er} et 2^{ème} dan (CORG).

Elle est composée :

- du Responsable des Grades, Cadre Technique régional, nommé par le Président de la CSDGE. Le responsable des grades est le responsable technique des examens. il assure le suivi de la formation des juges, désigne les Jurys et convoque la CORG.
- du Président de Ligue
- du Directeur Technique de Ligue.
- D'un membre choisi parmi les représentants des fédérations multisports, affinitaires, scolaires et universitaires
- D'un membre choisi parmi les représentants des organisations professionnelles

Les 2 derniers membres composant la commission sont désignés par la CSDGE.

Un secrétaire de CORG est désigné par la CSDGE, il est chargé du suivi administratif des candidats et des examens de dans et grades équivalents. Il assiste, avec voix consultative, aux réunions de la CORG.

La liste des membres pouvant siéger dans les jurys d'examen est fixée par la CORG.

Les membres du jury sont choisis :

- Parmi les représentants de la FFKAMA
- Parmi les représentants des fédérations multisports, affinitaires, scolaires et universitaires.
- Parmi les représentants des organisations professionnelles.

Le responsable des grades désigne et convoque les jurys. Les jurys sont composés de 3 membres d'un grade supérieur au grade examiné.

La composition du jury respectera autant que possible les équilibres entre chaque catégorie de représentants tels que définis dans l'arrêté en date 19 Janvier 2001.

- **La Commission d'Organisation Inter Régionale des Grades (COIRG)**

Dans chaque inter région (dont la délimitation est fixée en annexe du présent règlement) est mis en place une commission d'organisation du 3^{ème} et 4^{ème} dan Cette commission est dépendante de la CSDGE dont elle est une émanation.



Elle est composée :

- d'un responsable des grades nommé par la CSDGE
- d'un secrétaire chargé du suivi administratif des candidats et des examens de grades
- d'un membre choisi parmi les représentants des fédérations multisports, affinitaires, scolaires et universitaires désigné par la CSDGE
- d'un membre choisi parmi les représentants des organisations professionnelles désigné par la CSDGE.

Rôle du cadre fédéral :

- Il sera chargé de l'organisation de l'ensemble des examens,
- Il devra rassembler les inscriptions au 3^{ème} et 4^{ème} dan qui auront été faites préalablement à la FFKAMA qui enverra les convocations,
- En concertation avec la Direction Technique Nationale et la COIRG il composera les jurys d'examen en fonction de la liste de membres de jurys d'examen préalablement établie par la COIRG.

Cette liste sera composée au minimum de 15 membres d'un grade supérieur au grade examiné choisis :

- parmi les représentants de la FFKAMA,
- parmi les représentants des fédérations multisports, affinitaires, scolaires et universitaires.
- parmi les représentants des organisations professionnelles.
- Il convoque les jurys qui sont composés de 3 membres

La composition du jury respectera autant que possible les équilibres entre chaque catégorie de représentants tels que définis dans l'arrêté en date 19 Janvier 2001.

6. CONDITIONS D'INSCRIPTION AUX EXAMENS DE DANS ET GRADES EQUIVALENTS.

• Conditions générales

Tout candidat à un passage de dan et grade équivalent relevant de la CSDGE de la FFKAMA doit :

- présenter **un certificat médical** de non contre-indication à la pratique en compétition du Karaté ou de l'art martial affinitaire. Ce certificat médical doit être établi conformément aux dispositions en vigueur (notamment : article de 6 la Loi du 23 Mars 1999)
- s'acquitter d'un droit de présentation visant à couvrir les frais d'organisation et de gestion administrative.
- Attester du temps de pratique prévu au sein du présent règlement.
- Etre présenté par un enseignant habilité (Titulaire du Brevet d'Etat 1 degrés minimum ou Diplôme d'Instructeur Fédéral)

**Dossier de candidature :**

Les candidats doivent, sauf dérogation spéciale du Président de ligue concerné ou de son représentant, se présenter dans le ressort géographique (ligue, inter ligue) où ils sont licenciés.

Les candidats devront faire parvenir leur dossier d'inscription avant la date limite fixée.

Ils doivent en outre présenter un dossier comprenant :

- 1- Un formulaire d'inscription rempli lisiblement.
- 2 - Une photo d'identité.
- 3 - Les photocopies de la page d'identité et de la page d'authentification des grades du passeport sportif fédéral ou du carnet de grades.
- 4 - S'il y a lieu, une attestation permettant d'obtenir des bonifications. Cette attestation est à demander au Directeur Technique National.
- 5 - Le certificat médical de non contre-indication à la pratique du Karaté ou de l'art martial affinitaire en compétition pour l'année en cours.

Ce dossier devra être remis au Président de la ligue ou à son représentant pour le 1^{er} et 2^{ème} dan, celui-ci le transmettra au responsable des grades concerné pour les grades supérieurs, le dossier sera envoyé à la FFKAMA. Il n'est valable que pour une saison sportive. Les candidats ayant obtenu une ou deux U.V, l'année précédente, devront également reconstituer leur dossier.

Une date limite d'inscription est fixée pour chaque examen, par la ligue pour les 1^{er} et 2^{ème} dan, par l'inter régions pour les 3^{ème} et 4^{ème} dan et par la CSDGE pour les dan supérieurs. Cette date doit être impérativement respectée. La clôture des inscriptions ne peut avoir lieu moins de quinze jours avant la date de l'examen.

A partir du 2^{ème} dan, il faut :

- que le grade précédent ait été authentifié dans les conditions ci dessous développées.
- que le délai de pratique minimum exigé entre chaque dan soit, sauf dérogation, révolu.

Conditions d'âge :

- Pour se présenter à l'examen du 1^{er} dan, les candidats devront être âgés de 16 ans au jour de l'examen et être ceinture marron depuis au moins 1 an
- Pour se présenter à l'examen du 2^{ème} dan, les candidats devront être âgés de 18 ans au jour de l'examen
- Pour se présenter à l'examen du 3^{ème} dan, les candidats devront être âgés de 21 ans au jour de l'examen
- Pour se présenter à l'examen du 4^{ème} dan, les candidats devront être âgés de 25 ans au jour de l'examen
- Pour se présenter à l'examen du 5^{ème} dan, les candidats devront être âgés de 30ans au jour de l'examen
- Pour se présenter à l'examen du 6^{ème} dan, les candidats devront être âgés de 41 ans au jour de l'examen
- Pour se présenter à l'examen du 7^{ème} dan, les candidats devront être âgés de 51 ans le jour de l'examen.



Temps de pratique entre chaque passage de dans et grades équivalents : le temps de pratique est attesté par les timbres de licence ou par tout autre moyen. Ce temps de pratique ne peut être inférieur à :

- 3 ans pour prétendre au passage du 1^{er} dan
- 2 ans entre le passage du 1^{er} dan et celui du 2^{ème} dan
- 3 ans entre le passage du 2^{ème} dan et celui du 3^{ème} dan
- 4 ans entre le passage du 3^{ème} dan et celui du 4^{ème} dan
- 5 ans entre le passage du 4^{ème} dan et celui du 5^{ème} dan
- 11 ans entre le passage du 5^{ème} dan et celui du 6^{ème} dan
- 7, 8 et 9^{ème} dan, examen du dossier par la CSDGE.

Fréquence des passage de dans et grades équivalents :

Les examens pour l'obtention du premier dan se dérouleront dans les ligues et seront inscrits au calendrier régional. Leur fréquence sera de 3 fois par saison sportive.

Les examens pour l'obtention du deuxième Dan se dérouleront dans les ligues et seront inscrits au calendrier régional . Leur fréquence sera de 2 fois par saison sportive

Les examens pour l'obtention du troisième et quatrième Dan se dérouleront dans les Inter-régions et seront inscrits au calendrier inter-régional. Leur fréquence sera de 2 fois par saison sportive.

L'examen pour l'obtention du cinquième Dan sera inscrit au calendrier national. Sa fréquence sera de 2 fois par saison sportive.

La date de l'examen de 6^{ème} Dan sera fixée par la CSDGE et sera inscrite au calendrier national. Sa fréquence sera d'une fois par saison sportive.

Pour être valables, les dans et grades équivalents doivent :

- être authentifiés par la CSDGE de la FFKAMA
- être inscrits au fichier national des grades tenu par la F.F.K.A.M.A et sur le diplôme officiel de la CSDGE de la FFKAMA (**le diplôme officiel est le seul document prouvant la validité des grades ou dan obtenus**).

La date officielle du grade est celle qui est inscrite au fichier national et sur le diplôme.

En outre, le passeport ou le carnet de grades doit être dûment rempli et signé. La photo du détenteur doit y figurer.

Pour être homologués ou authentifiés, les résultats enregistrés par les CORG et les COIRG doivent figurer sur le passeport FFKAMA ou sur le carnet des grades.

Avant chaque présentation, la signature et le nom de l'enseignant habilité doivent être apposés sur le passeport sportif ou le carnet de grades.

Les prix des passeports, des carnets de grades et le montant du droit de présentation sont ceux fixés par l'assemblée générale de la FFKAMA.

Les passeports et les carnets de grades sont délivrés par la ligue dans le ressort de laquelle le candidat passe son examen.



- **Conditions spécifiques aux Licenciés FFKAMA**

Les candidats doivent être présentés par l'enseignant habilité (titulaire du Brevet d'Etat 1er degré minimum ou Diplôme d'Instructeur Fédéral) du club dans lequel ils sont licenciés au cours de la saison, sauf s'ils sont eux-mêmes titulaires de l'un de ces diplômes.

Pour que la candidature soit acceptée, il faut que le club dont est membre le candidat soit en conformité avec la réglementation officielle en vigueur.

Les postulants aux 1er et 2ème dan doivent se présenter dans leur ligue. Toute dérogation doit être préalablement acceptée par le président de la CSDGE et le responsable de la CORG. dans le ressort duquel le candidat est licencié.

Pour les 3ème et 4ème dan, les postulants doivent envoyer leur candidature à la Fédération qui les communiquera au responsable des grades de l'inter régions en fonction des dates d'examen établies.

Ils doivent en outre :

- posséder le passeport de la FFKAMA (appelé passeport sportif),
- Justifier du temps de pratique minimum défini au sein du présent règlement (justification notamment par la présentation du passeport FFKAMA validé par trois timbres de licence FFKAMA)

Le passeport est délivré par la ligue du postulant.

Il doit être dûment rempli et signé.

La photo du candidat doit y figurer, authentifié par le cachet de la ligue et la signature du président de ligue.

Pour le 1er et 2ème dan, il devra être accompagné du formulaire signé par le Président de la ligue, ou son représentant ainsi que des signatures du directeur technique régional et du responsable de la Commission régionale des Grades.

Pour le 3ème et 4ème dan, il devra être accompagné du formulaire signé par le responsable des grades de la COIRG.

- **Conditions spécifiques aux Licenciés des fédérations multisports, affinitaires, scolaires et universitaires**

En plus des conditions générales précitées ou en rappel de celles-ci, les postulants doivent :

- Etre inscrits par un club affilié à l'une de ces fédérations
- Justifier du temps de pratique minimum défini dans le présent règlement (notamment par la présentation du passeport FFKAMA ou du carnet des grades validés par trois timbres de licence FFKAMA ou trois timbres de licence, de 3 saisons sportives différentes, de la fédération concernée).

- **Conditions spécifiques aux autres postulants**

En plus des conditions générales précitées ou en rappel de celles ci, les postulants doivent :

- Etre présenté par un Brevet d'Etat 1er degré minimum
- Etre inscrits par une structure d'enseignement



- Attester, par tout moyen approprié, du temps de pratique minimum défini au sein du présent règlement.
- Fournir les attestations d'assurance de la structure d'enseignement et du postulant.

7. BONIFICATIONS, TEMPS ET AGE

Certains pratiquants de Karaté par leur rayonnement et leurs actions rendent d'éminents services au Karaté français et à son image nationale et internationale. Il a été décidé d'accorder des bonifications de temps à ces karatékas dont la valeur technique, morale et didactique est reconnue.

Ces bonifications (consistant en une diminution du temps requis pour accéder au grade supérieur) sont obtenues sur présentation d'un dossier comportant les attestations des titres et fonctions correspondantes.

Elles ne sont pas cumulables.

Il sera fait application des dispositions de l'annexe 5 du présent règlement.

Les décisions de la CSDGE sont prise à la majorité des 2 tiers des suffrages exprimés.

8. HAUTS GRADES (6ème dan et au-dessus)

Pour pouvoir accéder au grade de 6ème dan, le candidat doit justifier d'un minimum de 25 ans dans le grade de ceinture noire et ceci quelles que soient ses possibilités de bonification. Il doit en outre remplir les conditions de délai dans le 5ème dan. Il peut alors faire acte de candidature auprès de la CSDGE. Après étude du dossier, la CSDGE décide de l'acceptation ou du refus de celui-ci. Tout refus opposé par la CSDGE à un dossier de candidature est motivé.

Principes :

En ce qui concerne les hauts grades, le comportement et le dévouement sous toutes ses formes à la cause du karaté-do, donc à la prospérité mutuelle, sont des conditions indispensables et essentielles que la CSDGE prend en compte.

Les décisions de la CSDGE sont prises à la majorité des 2 tiers des suffrages exprimés.

9. PASSAGE DE GRADES EQUIPE DE FRANCE

Les membres de l'Equipe de France ne bénéficient pas de statuts spéciaux. Toutefois, en raison des contraintes liées à l'appartenance à cette catégorie, les dates d'examen peuvent être adaptées.

Ces examens de dan et grade équivalent, réservés aux membres de l'Equipe de France inscrits sur les listes des sportifs de haut niveau sont organisés périodiquement à la demande du Directeur Technique National

Ces examens ne peuvent aller au-delà du 5ème dan.



10. GRADES EXCEPTIONNELS

Pourront notamment déposer un dossier de candidature en vue de la délivrance d'un grade à titre exceptionnel :

- Les personnes ayant rempli des fonctions ou ayant rendu des services exceptionnels à la cause du karaté et des arts martiaux affinitaires,
- les personnes présentant des incapacités physiques pour se présenter aux épreuves pratiques des différents tests d'accès aux grades

La décision motivée est prise par la CSDGE à la majorité des 2 tiers des suffrages exprimés. Il ne peut être obtenu plus d'un grade à titre exceptionnel.

11. EVALUATION DES DANS ET GRADES EQUIVALENTS DANS LES DEPARTEMENTS ET TERRITOIRES D'OUTRE MER

Dans les départements et territoires d'outre mer, trois membres de la CSDGE accompagnés du Directeur Technique National ou de son représentant seront chargés de toute évaluation de dans et grades à partir du 3ème dan et jusqu'au 5ème dan inclus. Les dossiers d'évaluation seront authentifiés par la CSDGE.

Les conditions d'inscription aux examens de dans et grades équivalents, ainsi que les épreuves sont identiques aux conditions imposées en métropole.

12. RECONNAISSANCE ET EQUIVALENCE DES DANS ET GRADES EQUIVALENTS DELIVRES A L'ETRANGER

Seuls les dans reconnus par la FMK (Fédération Mondiale de Karaté) peuvent prétendre, après contrôle, être reconnus par la CSDGE. Pour pouvoir revendiquer une équivalence de dan, les grades du postulant ne doivent pas être en contradiction avec les critères de temps des grades français.

A cette fin, le demandeur doit présenter une attestation officielle de grade délivrée par une Fédération Nationale membre de la FMK reconnaissant son grade.

Il doit, en outre, remplir les conditions de présentation à l'examen de dans et grades équivalents.

Après acceptation de ce dossier, il doit se soumettre à un contrôle de connaissances et de savoir-faire technique. Celui-ci se déroulera en même temps que les examens de dans officiels au niveau des ligues pour les 1^{er} et 2^{ème} dan au niveau des inter-régions pour les 3^{ème} et 4^{ème} dan et au niveau national pour le 5^{ème} dan et au-dessus.

La date d'obtention qui sera prise en compte et portée dans le fichier des dans sera la date portée sur l'attestation de la fédération d'origine.

13. JUGES ET ARBITRES DES EXAMENS DE DANS ET GRADES

JUGES

Les juges des examens de dans et grades équivalents sont classés en trois catégories : national, inter-régional et régional.

La qualité de juge doit être portée sur le passeport sportif ou sur les carnets des grades. Cette qualité est authentifiée par la signature du président de la CSDGE pour les juges.

Nul ne peut faire partie, à quelque niveau que ce soit, d'un jury d'examen de dan s'il ne possède pas la qualité requise (authentification sur le passeport sportif ou sur le carnet des grades de sa qualité de juge d'examen de dan).

Les juges sont répertoriés au niveau national pour les juges nationaux et interrégionaux, au niveau des ligues pour les juges régionaux.

Il est primordial que les différents styles de Karaté soient représentés dans les jurys d'examen et ceci à tous les niveaux. Mais quel que soit le style, les juges devront néanmoins répondre aux exigences de la fonction (grade et stages) définies ci-dessous, pour pouvoir faire partie d'un jury.

Juges Régionaux (désignés par le responsable des grades régional)

- Juge pour l'examen du 1er dan

Pour accéder à ce titre, il faut être au minimum 2ème dan.

- Juge pour l'examen du 2ème dan

Pour accéder à ce titre, il faut être au minimum 3ème dan.

Les postulants à la fonction de juge de ligue doivent participer avec succès à un stage interrégional de qualification organisé par la COIRG

Dans un but d'harmonisation des examens de grades, ces juges doivent obligatoirement suivre tous les 2 ans avec succès un stage de recyclage organisé par les COIRG.

Juges de l'inter régions (désignés par le responsable des grades interrégional et validé par la CSDGE)

Juge pour l'examen du 3ème dan : pour accéder à ce titre, il faut être au minimum 4ème dan.

Juge pour l'examen du 4ème dan : pour accéder à ce titre, il faut être au minimum 5ème dan.

Les postulants à la fonction de juge interrégional doivent participer avec succès à un stage interrégional de qualification organisé par la CSDGE

Dans un but d'harmonisation des examens de grades, ces juges doivent obligatoirement suivre avec succès tous les 2 ans un stage de recyclage organisé par la CSDGE.

▪ Juges nationaux (désignés par le Président de la CSDGE)

Juge pour l'examen du 5ème dan : pour accéder à ce titre, il faut être au minimum 6ème dan.

Les juges nationaux doivent obligatoirement suivre le stage national annuel de préparation au 5ème et 6ème dan.



▪ Jury d'examen pour le 6ème dan :

le jury est composé du Président de la CSDGE et de membres titulaires au moins du 6ème dan choisis:

- Parmi les représentants de la FFKAMA
- Parmi les représentants des Fédérations multisports, affinitaires et scolaires et universitaires agréées.
- Parmi les représentants des organisations professionnelles d'enseignants.

La composition du jury respectera autant que possible les équilibres entre chaque catégorie de représentants tels que définis au sein de l'arrêté en date du 19 janvier 2001.

Ces membres sont désignés par la CSDGE.

Jurys : Les 3 membres composant les jury d'examen des dans et grades au niveau régional et interrégional seront choisis par le responsable des grades régional pour les CORG et par le responsable des grades interrégional pour la COIRG. Le responsable des grades régional ou interrégional convoque les jurys à la date fixée par la CORG ou la COIRG.

Les membres des jurys sont choisis :

- Parmi les représentants de la FFKAMA
- Parmi les représentants des fédérations multisports, affinitaires, scolaires, universitaires
- Parmi les organisations professionnelles

Le Président de la CSDGE officialise la liste des juges à tous les niveaux par une signature apposée sur le passeport sportif ou sur le carnet des grades délivré par la CSDGE.

ARBITRES

Les arbitres du test compétition seront titulaires d'un titre d'arbitre conformément aux règlements de l'arbitrage combat en vigueur.



II. REGLEMENT TECHNIQUE

1. REGLES COMMUNES

Les passages de grades sont constitués de trois unités de valeur (U.V.) : Kihon, Kumité et Kata.

Pour réussir l'examen de Dan , il faut obtenir les 3 U.V.

Chaque U.V. est acquise définitivement pour le candidat ayant obtenu la note minimale requise. Bien qu'indépendantes, ces unités de valeur forment un même examen, ce qui conduit aux situations suivantes :

- au premier passage le candidat doit présenter les 3 U.V.
- en cas d'échec total ou partiel, il doit présenter l'ensemble des U.V. qui lui manquent.
- un candidat qui n'aurait pas obtenu la note requise dans une des trois U.V. mais qui se serait montré excellent dans les deux autres, pourrait se voir décerner le grade par le jury après étude de son dossier.

Nota : 1) Le règlement et le contenu de l'examen sont identiques pour les hommes et les femmes.

2) Le jury tiendra compte, dans la prestation technique, de l'âge du candidat.

3) Le nombre d'années requis entre chaque grade est indiqué dans le tableau récapitulatif Temps - Age - Bonification du 1er au 6e Dan.

2. EXAMEN DE 1er et 2ème DAN PAR UNITES DE VALEUR

Pour le premier et le deuxième Dan, le candidat pourra choisir entre deux formes d'examen :

1- La voie "traditionnelle", constituée d'un test technique puis d'un test d'assauts traditionnels **et de Bunkai Kumité.**

2 - La voie " compétition", constituée d'un test technique puis d'un test compétition.

Le test technique de l'examen 1er et 2e Dan comporte 3 unités de valeur (U.V.) :

- KIHON
- KATA
- KUMITE

- Un candidat ayant subi avec succès le test technique peut, à condition qu'il ait l'âge requis, changer de voie en cours de saison.

EXAMEN POUR L'OBTENTION DU 1ER DAN

I - Test technique

a) KIHON (annexe 1)

- Noté sur 20 points. Pour réussir ce test, il faut obtenir la note minimum de 12/20.

b) KATA (annexe 3)

- Noté sur 20 points. Pour réussir ce test, il faut obtenir la note minimum de 12/20

- 1 Kata libre choisi dans la liste, noté sur 10.

- 1 Kata imposé, tiré au sort parmi les autres Kata de la liste, noté sur 10.

c) KUMITE : KIHON IPPON KUMITE (annexe 2, §A)

- Noté sur 20 points. Pour réussir ce test, il faut obtenir la note minimum de 12/20.

- Il est composé des 5 attaques, chacune étant exécutée une fois à droite et une fois à gauche :

Oï Zuki Jodan, Oï Zuki Chudan, Maé Géri Chudan, Mawashi Géri Jodan ou Chudan, Yoko Kékomi Chudan.

Les candidats inverseront les rôles lorsque toutes les attaques auront été réalisées par Tori.

II - Test compétition

(Pour les candidats ayant choisi la voie "compétition")

Il est nécessaire d'être reçu au test technique pour se présenter au test compétition.

Pour réussir ce test, deux possibilités s'offrent aux candidats:

- 1- Le système par poule

Les candidats combattent par poule de 5.

Il n'existe pas de catégorie de poids, mais les poules sont constituées, dans la mesure du possible, de telle sorte que les écarts de poids entre les candidats ne soient pas trop importants.

Le système d'arbitrage est celui du " Ippon Shobu".

Les règles d'arbitrage seront les règles officielles adaptées au passage de grade (voir annexe 4).



Les protections sont obligatoires (voir règlement championnat)

Durée des combats : 2 minutes. Temps Complet.

Chaque candidat effectue 4 assauts.

Le test est considéré comme acquis dans les cas suivants :

- 4 victoires
- 3 victoires 1 nul
- 3 victoires 1 défaite

Dans tous les autres cas de figure, le candidat devra représenter son test " compétition".
Les victoires obtenues resteront néanmoins acquises et le test sera considéré comme réussi lorsque le candidat totalisera 10 victoires obtenues dans plusieurs tests compétition.

Nota : les cadets ne pourront combattre que dans des poules cadets et, éventuellement, être intégrés dans des poules juniors (certificat de sur classement obligatoire).

- 2 - Le système par "relation grade-Championnats"

Les candidats ayant réussi leur test technique pourront bénéficier des victoires acquises lors des championnats officiels (ligue, inter-régions, national). Chaque victoire obtenue face à une ceinture noire sera comptabilisée jusqu'à l'obtention de 10 victoires (les victoires obtenues en poule et dans les compétitions officielles se cumulent).

Pour bénéficier de ces victoires, le candidat devra veiller à leur report sur le passeport sportif et leur authentification par le Président de ligue ou son représentant au niveau régional, par le responsable administratif ou le responsable technique au niveau inter-régional, et par le responsable de la compétition au niveau national.

III - Test traditionnel (Kumité Traditionnel + Bunkai Kumité)

(Pour les candidats ayant choisi la voie traditionnelle)

Il est nécessaire d'être reçu au test technique pour pouvoir présenter le test traditionnel.

Ce test est constitué de deux parties :

- L'une portant sur des formes de Kumité traditionnel qui n'étaient pas au programme de l'U.V. kumité du test technique :

- Jiyu Ippon Kumité (Assaut libre sur une attaque)
- Ju kumité (Assaut souple)

- L'autre portant sur les Bunkai (Self-défense).



1- Kunité traditionnel :

a) Jiyu Ippon Kunité (annexe 2 §c) : Noté sur 20.

Les attaques sont annoncées (3 attaques), elles sont choisies par le jury parmi les attaques suivantes :

Oï Zuki, Maé Géri, Mawashi Géri, Yoko Géri, Gyaku Zuki, Maete Zuki

Les critères de notation sont identiques au Jiyu Ippon Kunité classique (défini dans l'annexe 2§C).

b) Ju Kunité (Annexe 2 §D) : Noté sur 20

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.

2 - Bunkai Kunité : noté sur 20

Le candidat sera interrogé avec un partenaire sur les explications et démonstrations des différentes séquences issues des kata de sa liste. (Les séquences de Bunkai seront déterminées par le Jury)

Pour réussir le test traditionnel, le candidat devra obtenir 36 points/60



EXAMEN POUR L'OBTENTION DU 2E DAN

I - Test technique

a) KIHON (Annexe 1)

Noté sur 20 points. Pour réussir ce test, il faut obtenir la note minimum de 12/20.

Il n'y a pas de différence fondamentale entre l'application du contenu du 1er Dan et celui du 2e Dan. Les différences de performances des prestations demandées porteront sur les aspects suivants :

- exécution, détermination et sûreté des techniques,
- enchaînements et techniques plus complexes,
- attitude générale du candidat.

b) KATA (Annexe 3)

Noté sur 20 points. Pour réussir ce test, il faut obtenir la note minimum de 12/20.

- 1 Kata libre noté sur 10
- 1 Kata imposé noté sur 10 points.

Le Kata libre sera choisi dans la liste des Kata du 2e Dan, le Kata imposé sera tiré au sort parmi les autres Kata de la liste.

c) KUMITE : Ippon Kumité (Annexe 2, §b)

Noté sur 20 points. Pour réussir ce test, il faut obtenir la note minimum de 12/20.

Il sera composé des 6 attaques suivantes, exécutées d'abord à droite puis à gauche :

- 1 fois Oi Zuki Jodan (à chaque fois les défenses devront être différentes)
- 1 fois Oi Zuki Chudan
- 1 fois Maé Géri Chudan
- 1 fois Mawashi Géri de la jambe avant avec un déplacement Tsugi Ashi (pas chassé)
- 1 fois Mawashi Géri de la jambe arrière
- 1 fois Yoko Géri de la jambe arrière.

Le jury pourra demander des attaques supplémentaires dans la liste des techniques prescrites.



La perception de l'attaque devra être supérieure à celle exigée pour un prétendant au 1er Dan, ce qui conduira à une meilleure opportunité dans la contre attaque (Go no Sen, Sen no Sen).

II - Test compétition (annexe 4)

(Pour les candidats ayant choisi la voie "compétition")

Il est nécessaire d'être reçu au test technique pour se présenter au test compétition.

Pour réussir ce test deux possibilités s'offrent aux candidats:

- 1 - Le système par poule

Les candidats combattent par poule de 5.

Il n'existe pas de catégorie de poids, mais les poules sont constituées, dans la mesure du possible, de telle sorte que les écarts de poids entre les candidats ne soient pas trop importants.

Le système d'arbitrage est celui du " Ippon Shobu".

Les règles d'arbitrage seront les règles officielles adaptées au passage de grade (voir annexe 4).

Les protections sont obligatoires (voir règlement championnat).

Durée des combats : 2 minutes. Temps Complet.

Chaque candidat effectue 4 assauts.

Le test est considéré comme acquis dans les cas suivants :

4 victoires

3 victoires 1 nul

3 victoires 1 défaite

Dans tous les autres cas de figure, le candidat devra représenter son test "compétition". **Les victoires obtenues resteront néanmoins acquises et le test sera considéré comme réussi lorsque le candidat totalisera 10 victoires obtenues dans plusieurs tests compétition.**

Si une ligue ne peut réunir suffisamment de combattants pour former une poule de 5, le test compétition pourra être organisé avec une ligue voisine.

- 2 - Le système par "relation grade-Championnats"

Les candidats ayant réussi leur test technique pourront bénéficier, sous certaines conditions, des victoires acquises lors des championnats officiels (ligue, inter-régions, national).



Ainsi chaque victoire obtenue face à une ceinture noire sera comptabilisée jusqu'à l'obtention de 10 victoires (les victoires obtenues en poule et dans les compétitions officielles se cumulent)

Pour bénéficier de ces victoires, le candidat devra veiller à leur report sur le passeport sportif et leur authentification par le Président de ligue ou son représentant au niveau régional et par le directeur sportif au niveau national.

III - Test traditionnel (Kumité Traditionnel + Bunkaï Kumité)

(Pour les candidats ayant choisi la voie traditionnelle)

Il est nécessaire d'être reçu au test technique pour pouvoir présenter le test traditionnel. Ce test sera constitué de deux parties :

- l'une portant sur des formes de Kumité traditionnel qui ne figuraient pas au programme de l'U.V. kumité du test technique :

Jiyu Ippon Kumité (Assaut libre sur une attaque)

Ju kumité : Assaut souple

- l'autre portant sur les Bunkaï (self-défense).

1- Kumité traditionnel :

a) Jiyu Ippon Kumité : noté sur 20 .

L'attaque est libre, mais le niveau de celle-ci doit être annoncé (Jodan ou Chudan).

Nombre d'assauts 5.

Les critères de notation seront identiques au Jiyu Ippon Kumité (défini dans l'annexe 2§C).

b) Ju Kumité (Annexe 2 §D) : Noté sur 20

Il sera demandé 2 assauts souples afin d'examiner les qualités techniques des deux candidats. La durée de ces assauts sera déterminée par le jury

2 - Bunkaï Kumité : noté sur 20

Le candidat sera interrogé avec un partenaire sur les explications et démonstrations des différentes séquences issues des kata de sa liste. (Les séquences du kata seront déterminées par le jury)

Pour réussir le test traditionnel le candidat devra obtenir 36 points/60



3. EXAMEN POUR L'OBTENTION DU 3E DAN

A) KIHON : NOTE SUR 20

Pour réussir ce test, il faut obtenir la note minimum de 12/20.

Le principe directeur est identique à celui du 1er et 2e Dan (voir annexe 1). Le Kihon du 3e Dan se caractérise en plus par les éléments suivants :

- Les blocages et attaques de pieds et de poings sont demandés dans différentes positions et avec différentes formes de déplacement choisies parmi toutes celles envisagées par le Karaté-do.
- Les enchaînements sont plus complexes et peuvent comporter, mais sans excès, des changements de position et/ou de direction.
- Le jury peut interroger le candidat sur le sens, l'application, l'intérêt et l'opportunité de quelques techniques de base.

Le candidat doit connaître tout le programme technique de la Fédération (voir progression technique officielle) ainsi que la terminologie japonaise s'y rapportant. Le candidat d'un style particulier sera interrogé sur les techniques spécifiques à son école.

B) KATA : NOTE SUR 60

Pour réussir ce test il faut obtenir la note minimum de 36/60.

Cette épreuve se compose de 3 notes.

- Le premier kata sera noté sur 20.
- Le deuxième kata sera noté sur 20.
- Le Bunkai Kumite noté sur 20.

Le candidat présente 2 kata :

Un Kata libre dans la liste des Kata du 3ème Dan.

Un Kata imposé (tiré au sort) dans la liste des Kata du troisième Dan.

- BUNKAÏ-KUMITE

Le candidat sera interrogé avec un partenaire sur les explications et démonstrations des différentes séquences du Kata. Le candidat doit connaître plusieurs applications en self-défense et en combat des différentes techniques et enchaînements qui composent les Kata. (Les séquences du kata seront déterminées par le jury).



C) KUMITE :

JIYU IPPON KUMITE : NOTE SUR 20

Pour réussir ce test, il faut obtenir la note minimum de 12/20.

Le nombre d'attaques est de 5.

Tori doit lancer son attaque au moment opportun. Il effectuera un travail de recherche de distance afin de placer efficacement sa technique.

La perception de l'attaque devra être particulièrement sensible et la contre attaque judicieusement utilisée, avec des opportunités en Sen no Sen (Contre attaque directe en anticipant l'attaque) ou Go no Sen (Blocage suivie d'une contre attaque).

La notation prendra en compte le travail de Uke et celui de Tori, les candidats assurant tour à tour les deux rôles.

Après chaque action, les candidats reprennent la position yoï.

4. EXAMEN POUR L'OBTENTION DU 4^e DAN

A) KIHON : NOTE SUR 20

Pour réussir ce test, il faut obtenir la note minimum de 12/20.

Le principe directeur est identique à celui défini dans les autres examens de Dan (Voir annexe 1 et Kihon du 3^e Dan).

Le nombre et la diversité des techniques sont laissés à l'appréciation du Jury.

Le candidat doit démontrer qu'il maîtrise parfaitement l'ensemble des techniques du Karaté-do, aussi bien dans leur forme de base que dans leurs autres adaptations. Il doit en outre être capable d'expliquer quelques techniques de base et de les appliquer en self-défense.

B) KATA : NOTE SUR 60

Pour réussir ce test il faut obtenir la note minimum de 36/60.

Cette épreuve se compose de 3 notes.

- Le premier kata sera noté sur 20.
- Le deuxième kata sera noté sur 20.
- Le Bunkai Kumité noté sur 20.

Le candidat présente 2 kata :

Un Kata libre dans la liste des Kata du 4^{ème} Dan.

Un Kata imposé (tiré au sort) dans la liste des Kata du quatrième Dan.

- BUNKAÏ - KUMITE

Le candidat sera interrogé avec un partenaire sur les explications et démonstrations des différentes séquences issues des Kata de sa liste. Le candidat doit connaître plusieurs applications en self-défense et en combat des différentes techniques et enchaînements qui composent le Kata. (Les séquences du kata seront déterminées par le jury).

C) KUMITE

JIYU IPPON KUMITE : NOTE SUR 20

Pour réussir ce test il faut obtenir la note minimum de 12/20.



Le nombre d'attaques est fixé à 5.

Tori doit chercher à attaquer au moment opportun. Il doit effectuer un travail de recherche de distance afin de placer efficacement sa technique.

Pour Uke, la perception de l'attaque doit être particulièrement sensible et la contre-attaque judicieusement utilisée, avec des opportunités en Sen no Sen (contre attaque directe en anticipant l'attaque) ou Go no Sen (Blocage suivi d'une contre attaque).

La notation prendra en compte le travail de Uke et celui de Tori, les candidats assurant tour à tour les deux rôles.

Après chaque action, les candidats reprennent la position yoï.

5. EXAMEN POUR L'OBTENTION DU 5e DAN
Un stage préparatoire sera inscrit au calendrier National

A) KIHON : NOTE SUR 20

Pour réussir ce test, il faut obtenir la note minimum de 12/20.

Pour cette épreuve au 5^{ème} dan, les candidats passent un par un.

a) le candidat démontrera un kihon de techniques simples (tel que maé géri) ainsi qu'un enchaînement de différentes positions de base en aller et retour sur 3 pas.

Ces techniques seront imposées par le jury.

b) le candidat démontrera deux enchaînements de son choix (maximum 4 mouvements) toujours en aller et retour.

c) le candidat exécutera un kihon sur place de cinq techniques maximum exécutées dans trois directions.

d) le candidat exécutera un enchaînement de quatre mouvements avec des déplacements avant et arrière. Il devra toujours revenir à la même place.

e) le candidat démontrera en aller et retour un enchaînement de positions de base imposé par le jury.

f) le candidat démontrera en reculant des techniques de blocages et de contre-attaques.

g) le candidat exécutera des techniques multidirectionnelles de son choix en imaginant plusieurs adversaires.

Les sautilllements sont strictement à proscrire des formes de déplacements utilisés durant la démonstration.

Le candidat sera interrogé par le jury en partie ou en totalité sur le programme ci-dessus.

B) KATA : NOTE SUR 60

Pour réussir ce test il faut obtenir la note minimum de 36/60.

Cette épreuve se compose de 3 notes.

- Le premier kata sera noté sur 20.

- Le deuxième kata sera noté sur 20.

- Le Bunkai Kunité noté sur 20.



Le candidat présente 2 kata :

Un Kata libre dans la liste des Kata du 5ème Dan.

Un Kata imposé dans la liste des Kata du cinquième Dan.

- BUNKAÏ - KUMITE

Le candidat sera interrogé avec un partenaire sur les explications et démonstrations des différentes séquences issues des Kata de sa liste. Le candidat doit connaître plusieurs applications en self-défense et en combat des différentes techniques et enchaînements qui composent le Kata. (Les séquences du kata seront déterminées par le jury).

C) KUMITE

JIYU IPPON KUMITE : NOTE SUR 20

Pour réussir ce test il faut obtenir la note minimum de 12/20.

Le candidat présente, avec un partenaire de son choix, jiy ippon kumité.

Le nombre d'attaques libres est fixé à six (à droite ou à gauche). Même principe que l'examen du 4^{ème} dan à la différence qu'après chaque action et réaction, les deux candidats reviennent à leur position de combat et non plus en Yoï.

De plus l'attaque comme la défense est à chaque fois variée selon les opportunités offertes. Tous les paramètres relatifs au combat (sen no sen, go no sen) sont à démontrer.

6. EXAMEN POUR L'OBTENTION DU 6e DAN

DOSSIER DE CANDIDATURE

Il est exigé pour l'inscription de tous les candidats, quelle que soit leur catégorie.

Seuls les candidats remplissant les conditions de temps pour le grade de 6e Dan peuvent déposer un dossier de candidature auprès de la CSDGE au siège de la Fédération (FFKAMA).

Ce dossier de candidature devra être accompagné d'un mémoire rédigé en trois exemplaires trois mois avant la date d'examen. (fixée au calendrier national).

MEMOIRE

Définition : Le candidat devra choisir un directeur de mémoire, six mois avant la date d'examen. Le directeur de mémoire est choisi parmi les hauts gradés, membres de la CSDGE, pour le guider et le conseiller dans son travail.

Le thème du mémoire est choisi conjointement entre le candidat et le directeur de mémoire.

Lorsque le candidat, après consultation de son directeur de mémoire, juge que son travail est terminé, il pourra alors le présenter.

PROGRAMME DE L'EXAMEN

Cet examen comporte 3 parties basées sur la connaissance technique du Karaté-do ainsi qu'un mémoire.

A) Soutenance du mémoire :

Le candidat soutiendra son mémoire devant le jury avant de réaliser sa prestation technique.

B) Test Technique :

1 - Kihon :

Exécution, explication et justification d'une prestation personnelle (durée 10 mn maximum) sur un thème au choix du candidat se rapportant à la technique du Karaté.

2 - Kunité traditionnel :

Exécution, explication et justification d'une prestation personnelle basée sur les formes d'assauts conventionnelles (durée maximum 10mn).

Le candidat se présente avec un partenaire de son choix.



3 - Kata :

Le candidat doit présenter deux Kata supérieurs de son choix.

Il doit expliquer et démontrer les différentes séquences de ces Kata (Bunkai) avec un partenaire de son choix.

N.B. Les prestations techniques sont suivies d'un entretien avec le jury au cours duquel le candidat doit justifier et expliquer sa prestation sous l'aspect technique et éventuellement pédagogique.



7. Hauts Grades au-dessus du 6^{ème} Dan

Le dossier de candidature relatif à ces grades sera examiné par la CSDGE.
Ce dossier devra être remis en deux exemplaires, un pour le Président de la CSDGE, l'autre pour le Directeur Technique National.

Composition du dossier :

Un mémoire sera rédigé par le candidat d'après sa conception du Karaté-do.

III. ANNEXES

Annexe 1 : KIHON : La technique de base

Le candidat est interrogé sur tout le programme technique de sa discipline. En Karaté, les techniques demandées sont choisies parmi celles de la progression officielle. Le jury emploiera la terminologie officielle (indépendante des différentes spécificités terminologiques des styles). Le jury peut interroger les candidats sur quelques spécificités techniques de leur style.

Le Kihon comporte :

- Des coups de poing, des coups de pied, des blocages et différentes techniques de percussion des membres supérieurs et inférieurs
- Différentes positions de base
- Différentes formes de déplacement
- Différentes techniques de défense
- Quelques enchaînements simples.

Remarque: *Les enchaînements ne doivent pas comporter plus de 4 techniques.*

Les candidats sont jugés d'après les critères suivants :

- Puissance et vitesse d'exécution
- Aisance des déplacements
- Equilibre et stabilité
- Bonne attitude corporelle
- Détermination.

PROGRAMME TECHNIQUE OFFICIEL

Les démonstrations techniques du Kihon sont choisies parmi le programme technique suivant :

POSITIONS : DACHI

HEISOKU DACHI	Debout les pieds l'un contre l'autre
MUSUBI DACHI	Debout, talons joints, pointes des pieds écartées
REINOJI DACHI	Debout un pied devant l'autre formant un L
TEÏJI DACHI	Debout un pied devant l'autre formant un T
HEIKO DACHI	Debout pieds écartés et parallèles
HACHIJI DACHI	Debout pieds pointés vers l'extérieur écartés de la largeur des hanches
UCHI HACHIJI DACHI	Pieds pointés vers l'intérieur
ZENKUTSU DACHI	Fente avant : jambe avant fléchie, jambe arrière tendu
KOKUTSU DACHI ou HANMI NO NEKO ASHI DACHI	Fente arrière 70% du poids du corps sur la jambe arrière



KIBA DACHI	Position du cavalier
SHIKO DACHI	Position du sumotori
FUDO DACHI	Position équilibrée de combat (entre Zen kutsu et Kokutsu)
NEKO ASHI DACHI	Position du chat
KOSA DACHI ou KAKE DACHI	Position pieds croisés
MOTO DACHI	Position fondamentale (petit Zenkutsu)
SANCHIN DACHI	Position dit du "Sablier" ou des 3 centres
HANGETSU DACHI ou SEISHAN DACHI	Position du sablier élargie
TSURU ASHI DACHI ou SAGI ASHI DACHI	Debout sur une jambe

DEPLACEMENTS : UNSOKU

AYUMI ASCHI ou DE ASCHI	Avancer d'un pas
HIKI ASHI	Reculer d'un pas
YORI ASHI	Pas glissé
TSUGI ASHI	Pas chassé
OKURI ASHI	Double pas
MAWARI ASHI	Déplacement tournant autour du pied avant
USHIRO ASHI MAWARI ASHI:	Déplacement tournant autour du pied arrière

TECHNIQUES DE DEFENSE : UKE WAZA

GEDAN BARAI avec le bras	Défense basse par un mouvement de balayage
JODAN AGE UKE	Défense haute par un mouvement remontant avec le bras
SOTO UDE UKE	Défense avec le bras dans un mouvement de l'extérieur vers l'intérieur
UCHI UDE UKE	Défense avec le bras dans un mouvement de l'intérieur vers l'extérieur
SHUTO UKE	Défense avec le tranchant de la main
OSAE UKE	Défense par pression ou immobilisation avec la main
HAISHU UKE	Défense avec le dos de la main
TEISHO UKE	Défense avec la paume
JUJI UKE ou KOSA UKE	Défense double avec les deux bras croisés
KAKIWAKE UKE	Défense double en écartant
MOROTE UKE	Défense double, bras arrière en protection
HEIKO UKE	Défense double avec les deux bras parallèles
SUKUI UKE	Défense en puisant



NAGASHI UKE Défense brossée en accompagnant l'attaque avec la main ou le bras

OTOSHI UKE Défense en frappant avec l'avant bras vers le bas

KOKEN UKE Défense avec le poignet

ATTAQUES DIRECTES DE POING : TSUKI WAZA

CHOKU ZUKI Coup de poing fondamental

GYAKU ZUKI Coup de poing avec le bras inverse à la jambe avancée

OÏ ZUKI ou JUN ZUKI Coup de poing en poursuite avec un pas

MAETE ZUKI Coup de poing avec le poing avant

KIZAMI ZUKI Coup de poing avec le poing avant en effaçant le buste

NAGASHI ZUKI Coup de poing avec le poing avant en esquivant

TATE ZUKI Coup de poing avec le poing vertical

URA ZUKI Coup de poing, paume tournée vers le haut

KAGI ZUKI Coup de poing en crochet

MAWASHI ZUKI ou FURI ZUKI Coup de poing circulaire

YAMA ZUKI Coup de poing double, simultanément jodan et gedan

MOROTE ZUKI Coup de poing double au même niveau

NUKITE Attaque directe en pique de main

AGE ZUKI Coup de poing remontant

TECHNIQUE DE PERCUSSION : UCHI WAZA

URAKEN UCHI Attaque circulaire avec le dos du poing

SHUTO UCHI Attaque circulaire avec le tranchant de la main

TETSUI UCHI Attaque circulaire avec la main en marteau, éminence d'hypothénar

ENPI UCHI ou HIJI UCHI Attaque avec le coude

HAÏTO UCHI Attaque avec le tranchant interne de la main (Côté pouce)

TEISHO UCHI Attaque avec la paume

KOKEN UCHI Attaque avec le dessus poignet

HAÏSHU UCHI Attaque avec le dos de la main

ATTAQUES DE PIEDS : KERI WAZA

MAE GERI Coup de pied de face

MAWASHI GERI Coup de pied circulaire (fouetté)

YOKO KEKOMI Coup de pied latéral défonçant (Chassé)

YOKO KEAGE Coup de pied latéral remontant

MIKAZUKI GERI Coup de pied en croissant



URA MIKAZUKI GERI	Coup de pied en croissant inverse
USHIRO GERI	Coup de pied vers l'arrière
FUMIKOMI	Coup de pied écrasant
FUMIKIRI	Coup de pied bas (dans l'idée de couper)
TOBI GERI	Coup de pied sauté
ASHI BARAI	Balayage
URA MAWASHI GERI	Coup de pied en revers tournant
USHIRO MAWASHI BARAI	Balayage tournant par l'arrière
HIZA OU HITSUI GERI	Coup de genou
NAMI GAESHI	Coup de pied en vague (mouvement remontant avec la plante du pied)
KAKATO GERI	Coup de talon de haut en bas

Le jury pourra s'il le désire demander au candidat de démontrer quelques techniques spécifiques à son style (exemple : Gyaku Zuki no Tsukomi en Wadoryu)

2. ANNEXE 2

KUMITE : Assauts conventionnels

Chaque style possède un certain nombre d'assauts conventionnels que l'on appelle Kumité. Si un certain nombre d'entre eux est pratiqué par tous les styles, il en existe de spécifiques à chaque style. De plus, chacun des ces assauts conventionnels présente un intérêt pédagogique particulier.

La forme d'assaut conventionnelle la plus ancienne est Ippon Kumité. Toute la spécificité et la philosophie du Karaté-do y sont exprimées : mise hors de combat avec une seule technique, attitude naturelle, priorité à la défense plutôt qu'à l'attaque.

D'autres formes, issues de la pratique traditionnelle ou de la compétition, sont venues s'ajouter à celle-ci.

Remarque : Dans toutes les formes où l'attaquant et le défenseur sont désignés, on appellera Tori celui qui attaque et Uke celui qui se défend.

A) KIHON IPPON KUMITE - IPPON KUMITE (assaut fondamental basé sur une attaque contrée par une seule défense et/ou contre attaque)

Nous retiendrons la forme qui est commune à tous les styles.

Cet assaut se déroule de la manière suivante :

Les deux candidats sont placés à une distance de 1m l'un de l'autre et de profil par rapport au jury.

Après s'être salués, les deux candidats se mettent en Hachi ji Dachi en écartant successivement le pied gauche et le pied droit afin de rester dans l'axe, puis Tori se met en garde en reculant la jambe droite. Uke devra trouver la distance par rapport à l'attaque de Tori. Tori annonce son attaque et, après un moment de concentration, lance celle-ci avec le plus de conviction et de détermination possible. La défense et la contre attaque de Uke sont libres. Uke devra rester un instant sur sa technique de contre-attaque afin de bien la définir. Pour le niveau supérieur du 2ème Dan, il marquera bien la définition de son contre et pourra récupérer le Maï dans le retrait de sa technique.

Après chaque attaque, les deux candidats reviennent en Hachi ji Dachi et Tori se met en position inverse pour répéter la même attaque du membre opposé. L'attaque s'effectue toujours avec la jambe ou le bras arrière.

Remarques : - On demande cette forme de Kihon Ippon Kumité, car la défense, dans l'idée martiale, doit pouvoir s'exécuter depuis une position naturelle.

B) IPPON KUMITE

Le terme KIHON IPPON KUMITE englobe deux formes de kumité l'une où Tori est en garde et Uke en position Hachi ji Dachi, l'autre où Tori et Uke où tous les deux sont en

garde (position Fudo Dachi). Cette dernière est plus communément appelée IPPON KUMITE.

L'assaut de IPPON KUMITE se déroule de la même manière que le Kihon Ippon Kumité sauf que les deux adversaires se mettent en garde.

La défense et le contre de Uke sont libres. Après chaque contre-attaque, Uke doit récupérer son Maaï. Après chaque attaque, les deux adversaires restent en garde. Tori effectue ses six attaques d'abord à droite puis à gauche. Cette forme sera surtout demandée lors du passage de 2ème Dan. Elle pourra être également demandée par le jury sur n'importe quel passage de grades en complément et en cas de doute sur la notation d'un kumité.

CRITERES DE NOTATION

- Bonne distance dans les attaques et les défenses, elles doivent «porter» et ne pas arriver à 10 ou 15 cm du point visé. (Le contrôle impose une retenue dans la technique et non pas une technique qui arrive en fin de course.)
- Puissance et détermination des attaques et des défenses
- Maîtrise et précision de la contre attaque
- Kimé (esprit de décision, précision et efficacité extrêmes)
- Zanshin (disponibilité mentale et concentration)
- Variété dans les défenses et contre-attaques qui seront constituées de blocage et contre attaque (Go no Sen), esquive et contre attaque, contre direct (Sen no Sen), etc.
- Stabilité et équilibre aussi bien dans l'attaque que dans la défense
- L'attitude générale des pratiquants durant l'exercice qui doit refléter l'esprit dans lequel se pratique le Karaté-do en général et le Kumité en particulier.

C) JIYU IPPON KUMITE

Le Jiyu Ippon Kumité qui est demandé dans les examens de Dan n'est pas la forme extrême envisagée par le Karaté-do où l'attaquant et le défenseur ne sont pas désignés.

Celui qui se pratiquera dans le contexte des examens est basé sur une attaque libre, non annoncée. L'attaquant (Tori) et le défenseur (Uke) sont désignés d'avance.

L'exercice se déroule de la manière suivante :

Tori et Uke se placent à une distance de 3 mètres, après s'être salués, ils prennent la position Hachi ji Dachi. Au commandement Hajimé lancé par un des membres du jury, ils se mettent en garde et commencent le combat. Tori doit rechercher une opportunité pour attaquer et Uke doit adapter sa réaction.

Le nombre d'attaques peut varier entre trois et cinq et sera fixé par le jury.



Tori et Uke restent en garde après chaque échange. L'exercice terminé, ils se saluent et inversent les rôles.

CRITERES DE NOTATION

Ils sont plus ou moins identiques au Kihon Ippon Kumité et sont basés entre autres sur les éléments suivants :

- Aisance dans les déplacements : ces déplacements ne sont pas des sautilllements à l'instar des pratiques de compétition, mais des déplacements permettant au jury de juger la maîtrise du MAAÏ⁽²⁾ de chacun des combattants. Ces déplacements utilisés sont des déplacements de base tel que : Yori Ashi, Tsugi Ashi, Ayumi Ashi, etc.
- Puissance et détermination des attaques et des défenses
- Maîtrise et précision des techniques
- Kimé (esprit de décision, précision et efficacité extrême)
- Zanshin (Vacuité mentale et concentration). La concentration doit être maintenue durant tout l'exercice, et avec la même intensité aussi bien avant qu'après l'attaque (ou la défense)
- Les défenses et les contre attaques doivent démontrer la maîtrise par les candidats de deux notions fondamentales du Karaté : Go no Sen et Sen no Sen.
- Stabilité et équilibre dans l'attaque et la contre-attaque.
- Recherche de l'opportunité
- Tori ne doit pas s'approcher trop près de Uke pour déclencher son attaque. Une distance trop réduite autoriserait Uke à contrer et ceci même si Tori n'a pas encore attaqué.
- Uke ne doit pas refuser le combat en reculant systématiquement ou en prenant une garde telle que l'attaque soit difficile à réaliser.

D) JU KUMITE

Le Ju Kumité est un assaut libre et souple non réglementé. Sous forme d'entraînement, il est un moyen pédagogique de préparation à la compétition ou à l'assaut libre. Pour l'examen de Dan, il permet de juger la maîtrise technique des postulants ayant choisi la voie traditionnelle. Il faut impérativement distinguer cet exercice à deux d'un combat libre ou arbitré. Sa durée est de deux minutes.

CRITERES DE NOTATION

- Travail en souplesse avec contrôle absolu à tous les niveaux.
- Aisance dans les déplacements.
- Variétés des techniques.
- Equilibre et stabilité.
- Opportunité.
- Zanshin.

(2) MAAÏ : Distance (Ma) qui nous unit (Ai) à notre adversaire et qui régent le combat. C'est la distance spatio-temporelle qui détermine l'action. Lorsque la distance qui sépare les adversaires diminue de telle sorte qu'elle fragilise la situation, cela déclenche l'attaque ou la contre-attaque.

3. ANNEXE 3

KATA : Forme fondamentale ou conventionnelle

Le mot Kata, traduit littéralement, signifie forme. En Karaté, on le traduit par forme fondamentale ou conventionnelle.

Il est primordial de ne jamais oublier qu'un Kata n'est pas un simple exercice de style. Il représente un combat dans ce qu'il y a de plus pur et de plus extrême et, à ce titre, il possède, comme ce dernier, un rythme propre. Ce n'est ni une course de vitesse ni un travail en lenteur. L'expression "vivre son Kata" traduit mieux que toute autre cette capacité que doit posséder le pratiquant, de contrôler tous les paramètres de son exécution, de telle sorte que le jury ressente cette impression de combat au travers de la démonstration qui lui est faite.

Tout comme en Kihon, la "beauté" n'est pas un critère essentiel, mais l'efficacité est incontournable.

CRITERES DE NOTATION

1 - L'exécution du Kata

1.1 - La présentation

La tenue et le comportement du candidat doivent être impeccables : Kimono propre, ceinture correctement nouée, comportement et attitude générale irréprochable.

1.2 - Le cérémonial et l'étiquette

Le cérémonial (salut, prise de position, présentation) doit être scrupuleusement respecté. Le Kata est annoncé à haute voix, il commence et se termine par le salut.

1.3 - La concentration

Dans sa démonstration, le candidat doit dégager une impression d'unité corps/esprit.

1.4 - L'équilibre et la stabilité

Les positions doivent être bien marquées. La position du bassin, de la colonne vertébrale, de la nuque et des épaules bien contrôlée. La maîtrise des déplacements est essentielle et toute perte d'équilibre, glissade ou chute sera sanctionnée.

1.5 - Le rythme et le tempo

Les techniques enchaînées, les mouvements lents (s'ils existent dans le Kata présenté), les temps morts et les Kiaï devront être placés de manière judicieuse.

1.6 - La puissance

Les techniques doivent dégager une impression d'efficacité.

1.7 - Le regard

Le regard doit être empreint de toute la détermination du candidat. Il doit suivre la direction dans laquelle les techniques ou enchaînements sont utilisés.

1.8 - La respiration et le Kiaï

La respiration est le support de l'énergie, elle conditionne les moments de force et de faiblesse de notre organisme. Elle doit être correctement synchronisée avec les techniques, sauf pour certains Kata dit " respiratoires", elle est inaudible. Un Kata comporte suivant les styles un, deux en général voire trois expirations sonores (Kiaï) qui expriment un dégagement maximum d'énergie.

1.9 - Le respect des techniques et du diagramme original du Kata

Le Kata est exécuté dans sa forme originale, c'est-à-dire en respectant les positions, les techniques et les directions préconisées par le style ou l'école auquel se réfère le candidat. Pour le premier et le deuxième Dan, les candidats doivent se référer aux Kata officiels retenus par la Fédération. Pour les autres grades, seules les variations très minimes sont tolérées, le jury se réservant le droit d'interroger le candidat sur l'origine de la variante. Les autres interprétations seront considérées comme des erreurs.

1.10 - Les erreurs

Aucune erreur ne sera admise dans le Kata libre, elle sera sanctionnée par la note zéro. Il ne faut pas entendre par erreur une légère variante technique issue d'une interprétation différente de la technique originale. Mais un oubli, un rajout ou toutes variations qui déformeraient la nature originelle du Kata, seront considérés comme des erreurs.

Si le candidat commet une erreur dans le Kata imposé, les juges lui donneront la possibilité de recommencer mais sa note sera diminuée de moitié. Une seconde erreur entraînera la note Zéro.

2 - Les Bunkaï : Application des techniques ou séquences du Kata

La connaissance des Kata impose leur parfaite maîtrise technique et la connaissance des applications sur un adversaire des techniques ou séquences de combat contenues dans le Kata (Bunkaï).

Le candidat doit parfaitement connaître les explications techniques et les applications se rattachant aux différents Kata de la liste correspondante au Dan présenté. Pour l'examen du 3e Dan et au-dessus, un manque à ce niveau sera considéré comme une erreur grave.



4. ANNEXE 4

TEST COMPETITION

Passage de grade Shodan-Nidan (Système Shobu-Ippon)

Les règles de l'arbitrage sont définies dans le règlement officiel de la FFKAMA publié et pouvant être consulté dans les ligues, à l'exception des points suivants :

Article 2

les protèges dents et les protèges mains sont obligatoires.

Article 3

Les candidats combattent par poule de 5.

Il n'existe pas de catégorie de poids, mais les poules sont constituées, dans la mesure du possible, de telle sorte que les écarts de poids entre les candidats ne soient pas trop importants.

Article 5

Durée des combats 2 minutes.

Article 6 :

Le résultat d'un combat est déterminé soit par un « Ippon », soit par deux Waza-Ari marqués par un des compétiteurs.

Article 7 - Arbitrage.

Lors des examens de 1^{er} et 2^{ème} Dan, les règles qui sont appliquées dans le test compétition dont les règles officielles du Ippon Shobu. Toutefois, si les sanctions pour non respect des règles (Keikoku, Hansoku Shui, Mubobi, Shikaku, Kiken, les sorties) sont normalement appliquées, elles n'apporteront pas de point (Waza Ari ou Ippon) à l'adversaire.

5. ANNEXE 5

Bonifications *Classification des ayants droits*

Certains pratiquants de Karaté par leur rayonnement et leurs actions rendent d'éminents services au Karaté français et à son image nationale, internationale et mondiale. Il a été décidé d'accorder des bonifications de temps à ces Karatékas dont la valeur technique, morale et didactique est connue et reconnue. Ces bonifications sont obtenues sur présentation d'un dossier comportant les attestations des titres et fonctions correspondantes. **Elles ne sont pas répétitives.**

Pour tout autre cas de figure pouvant se présenter, la décision est laissée à l'appréciation de la CSDGE qui sera seul juge.

Les ayants droit à ces bonifications sont classés en différentes catégories

- Hors classe

Entrent dans cette catégorie :

- Les champions du Monde.
- Les cadres techniques nationaux pouvant justifier d'un minimum de 12 ans de services.
- - Sur décision de la CSDGE pour des missions et services exceptionnels rendus à la cause du Karaté-do.

- Catégorie A

Entrent dans cette catégorie :

- Les médaillés des championnats du Monde Seniors.
- Les champions d'Europe seniors.
- Les arbitres mondiaux en activité depuis 10 ans.
- Les membres d'une Commission de la Fédération mondiale de Karaté en activité au moins depuis 4 ans.
- Les cadres techniques nationaux pouvant justifier d'un minimum de 7 ans de services.
- Les Brevetés d'Etat 3e degré,
- Les Brevetés d'Etat 2e degré justifiant d'au moins 20 ans d'enseignement effectif.

- Catégorie B

Entrent dans cette catégorie :

- Les médaillés aux championnats d'Europe
- Les champions d'Europe juniors
- Les champions de France combat ou Kata (sauf Universitaire, Armée, Corporatif)
- Les juges Mondiaux et les arbitres internationaux en activité depuis 7ans
- Les membres d'une Commission de la Fédération Européenne de karaté en activité depuis 7ans
- Les brevetés d'Etat 1er degré justifiant d'au moins 20 ans d'enseignement effectif.
- Les brevetés d'Etat 2e degré.



- Catégorie C

Entrent dans cette catégorie :

- Les champions de France Universitaire, Inter armée, Police, Corporatifs seniors.
- Les médaillés aux championnats de France FFKAMA.
- Les responsables techniques de ligue en activité durant au moins 4 ans.
- Les arbitres nationaux en activité au moins pendant 4 ans.
- Les membres du Comité Directeur national et les présidents de ligue.

6. ANNEXE 6 : PROGRAMME KATA PAR DAN ET PAR STYLE

	SHOTOKAN RYU	SHOTO KAÏ	WADO RYU
1er Dan	Heian 1-2-3-4-5 Tekki Shodan Bassaï Daï Kanku Daï	Heian 1-2-3-4-5 Tekki Shodan Bassaï Daï Kanku Daï	Pinan 1-2-3-4-5 Naïfanchi Shodan Bassaï Kushanku
2e Dan	Tekki Nidan En-Pi Jion Hangetsu Kanku Daï	Tekki Nidan En-Pi Jion Hangetsu Kanku Daï	Bassaï Kushanku Seishan Jion Wanshu
3e Dan	Gankaku Jitte Kanku Sho Bassaï sho Jiin	Gankaku Jitte Kanku Sho Bassaï Sho Jiin	Jion Wanshu Chinto Seishan Rohaï
4e Dan	Nijushi Ho Sochin Meikyo Unsu Tekki Sandan	Nijushi-Ho Sochin Meikyo Unsu Tekki Sandan	Jion Rohaï Chinto Niseïshi
5e Dan	Gojushi Ho Sho Chinté Gojushi Ho Daï Wankan	Gojushi-Ho Sho Chinteï Gojushi-Ho Daï Wankan	Jion Chinto Niseïshi Bassaï Naïhanchi

	SHITO RYU	GOJU RYU	KYOKUSHINKAÏ
1er Dan	Pinan 1-2-3-4-5 Naïfanchi Shodan Kosokun Daï Bassaï Daï	Sanchin Geki Saï Daï Ichi Geki Saï Daï Ni Saïfa Seyunchin	Pinan 1-2-3-4-5 Tsuki no Kata Gekisaï Daï Sanchin
2e Dan	Naïfanchi Nidan Wanshu Jion Seisan Kosokun Daï	Sanchin Saïfa Seyunchin Shisochin Sanseru	Tsuki no Kata Gekisaï Sho Tensho Yantsu Saïha
3e Dan	Chinto Jitte Kosokun Sho Bassaï Sho Jiin Juroku Seïenchin	Shisochin Seipaï Seyunchin Tensho Sanseru	Gekisaï Sho Saïha Yantsu Kanku Seïenchin
4e Dan	Naïfanchi Sandan Niseï Shi Sochin Rohaï (Meikyo) Unsu Nipaïpo	Shisochin Seipaï Seyunchin Kururunfa Tensho Seisan	Seipaï Kanku Seïenchin Saïha Garyu
5e Dan	Gojushi-Ho Matsukasé (Wankan) Seipaï Matsumura passaï Suparimpaï	Kururunfa Suparinpaï Shisochin Seipaï Seyunchin Tensho	Kanku Seïenchin Seipaï Garyu Sushi ho



	UECHI RYU	SHORIN JI	SHUKOKAI
1er Dan	Sanchin Kanshiwa Kanshu Seïchin Seisan	Pinan 1-2-3-4-5 Naihanchi Bassaï Daï Kushanku Daï	Pinan 1-5 Bassaï Daï Kosokun Daï Naihanchi Shodan Tensho
2e Dan	Sanchin Kanshiwa Kanshu Seïchin Seisan Seiryu	Sesan Jion En Pi Geki Saï	Ananko Bassaï Sho Ji'in Jitte Wanshu Seisan
3e Dan	Sanchin Kanshiwa Kanshu Seïchin Seisan Seiryu Kanchin	Kushanku Sho Saïfa Matsumura Rohaï Seïenchin Bassaï - sho	Chinto Jion Kosokun Sho Sanseru Seïenchin Shisochin Juroku
4e Dan	Sanchin Kanshiwa Kanshu Seïchin Seisan Seiryu Kanchin Sanseiryu	Wando Rohaï Sepaï Niseïshï	Koshiki no Rohaï Matsukase Niseishi Sochin Tomari-Bassaï Kururunfa
5e Dan	Sanchin Kanshiwa Kanshu Seïchin Seisan Seiryu Kanchin Sanseiryu Sanseiryu Bunkaï (application avec deux partenaires du Kata complet)	Matsumura Patsaï Kururunfa Ananku Itosu Rohaï	Gojushiho Matsumura no Passaï Unshu Nipaïpo Seipaï Suparimpei



	SHORIN RYU OKINAWA	SHORIN JI (SHURI TE)	SHIDOKAN
1er Dan	Pinan 1-2-3-4-5 Naihanshi Shodan Itosu Passaï	Pinan 1-2-3-4-5 Jion Patsaï Daï Ananku	Pinan 1-2-3-4-5 Gekisaï Daï 1 Gekisaï Daï 2 Tsuki no kata
2e Dan	Naihanshi Nidan Itosu Passaï Matsumura Passaï	Seisan Jitte Empi Wanshu Rohaï	Gekisaï Sho Semshim Ten sho Seïha
3e Dan	Naihansi Shodan Naihanshi Sandan Matsumura Passaï Kushanku Sho	Chinto Chinte Kushanku Sho Patsaï Sho Nijushio Jiin	Gekisaï Sho Yamtsu Kanku Seïemchin Garyu
4e Dan	Itosu Passaï Naihanshi Shodan Chinto Kushanku Dai Kushanku Sho	Useishi Sho (Gojushiho) Unsu Niseishi Sochin Matsukaze (Wankan)	Kanku Daï Seinshin Gekisaï Sho Saïfa Seïha
5e Dan	Kushanku Daï Chinto Gojushiho Kushanku Sho	Useishi Daï (Gojushiho) Chatan Yara Chinto Chatan Yara Kushanku Matsumura Patsaï Shimpa	Temsho Kaku Garyu Saïfa Samshin



7. ANNEXE 7 : TABLEAUX RECAPITULATIFS

1 - CONDITIONS D'ACCES AUX GRADES DE 1er au 5ème DAN KARATE ET ARTS MARTIAUX AFFINITAIRES

GRADES	1er dan	2ème dan	3ème dan	4ème dan	5ème dan
Age plancher	16 Ans	18 ans	21 ans	25 ans	30 ans
Délai d'activité dans le grade précédent	3 ans de pratique	2 ans de 1er dan	3 ans de 2ème dan	4 ans de 3ème dan	5 ans de 4ème dan

2 - CONDITIONS D'ACCES AUX HAUTS GRADES

GRADES	5ème à 6ème dan	6ème à 7ème dan	7ème à 8ème dan	8ème à 9ème dan
Pour toutes les catégories TEMPS minimum de ceinture noire	âge plancher 41 ans 25 ans de pratique	âge plancher 51 ans		
NON CLASSES	10 ans de 5ème dan	Examen dossier Décision CSDGE	Examen dossier Décision CSDGE	Examen dossier Décision CSDGE
CATEGORIE C	9 ans de 5ème dan	Examen dossier Décision CSDGE	Examen dossier Décision CSDGE	Examen dossier Décision CSDGE
CATEGORIE B	8 ans de 5ème dan	Examen dossier Décision CSDGE	Examen dossier Décision CSDGE	Examen dossier Décision CSDGE
CATEGORIE A	7 ans de 5ème dan	Examen dossier Décision CSDGE	Examen dossier Décision CSDGE	Examen dossier Décision CSDGE
CATEGORIE HORS CLASSE	DECISION DE LA CSDGE			

3 - RECAPITULATIF DES BONIFICATIONS DES GRADES COMPETITION ET TRADITIONNEL

	Pour 1er et 2ème dan Pas de bonifications	2ème à 3ème dan	3ème à 4ème dan	4ème à 5ème dan
CATEGORIE C		6 mois	6 mois	6 mois
CATEGORIE B		1 an	1 an	1 an
CATEGORIE A		1 an et 6 mois	1 an et 6 mois	1 an et 6 mois
HORS CLASSE		DECISION DE LA CNSGDE		

Nota : Bonifications non répétitives et non cumulatives.



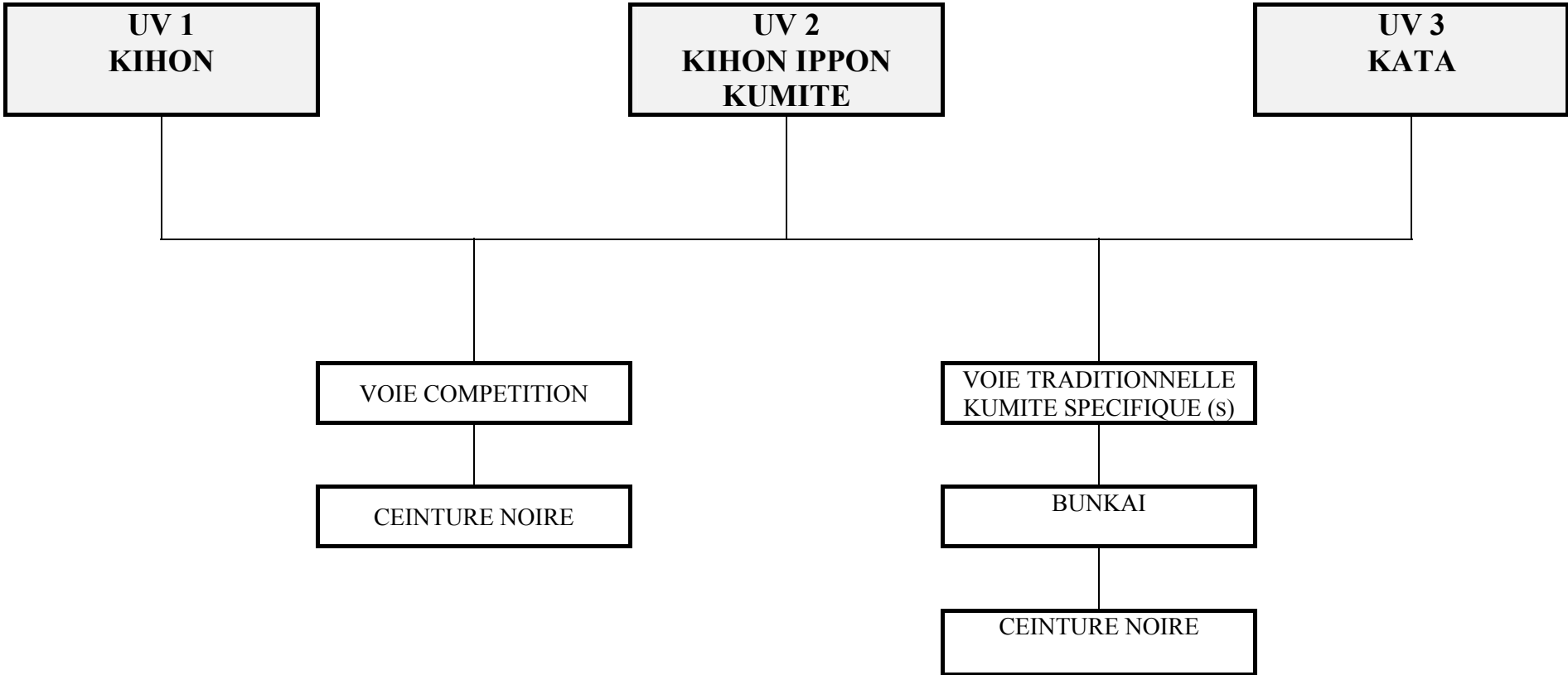
8. ANNEXE 8 : TABLEAUX RECAPITULATIFS

DECOUPAGE TERRITORIAL DES INTER REGIONS

INTER REGIONS	REGIONS
1	75 PARIS
	77 SEINE ET MARNE
	78 YVELINES
	91 ESSONNE
	92 HAUTS DE SEINE
	93 SEINE SAINT DENIS
	94 VAL DE MARNE
	95 VAL D'OISE
2	01 FLANDRES ARTOIS
	24 PICARDIE
	02 NORMANDIE
3	04 CHAMPAGNE
	25 LORRAINE
	05 ALSACE
	09 FRANCHE COMTE
4	06 BRETAGNE
	18 PAYS DE LA LOIRE
	07 TOURAINE BERRY ORLEANAIS
5	16 LANGUEDOC ROUSSILLON
	17 PROVENCE
	29 COTE D'AZUR
	30 CORSE
6	08 BOURGOGNE
	11 CENTRE AUVERGNE
	12 LYONNAIS
	13 DAUPHINE SAVOIE
7	10 POITOU CHARENTES
	19 LIMOUSIN
	14 AQUITAINE
	15 MIDI PYRENEES

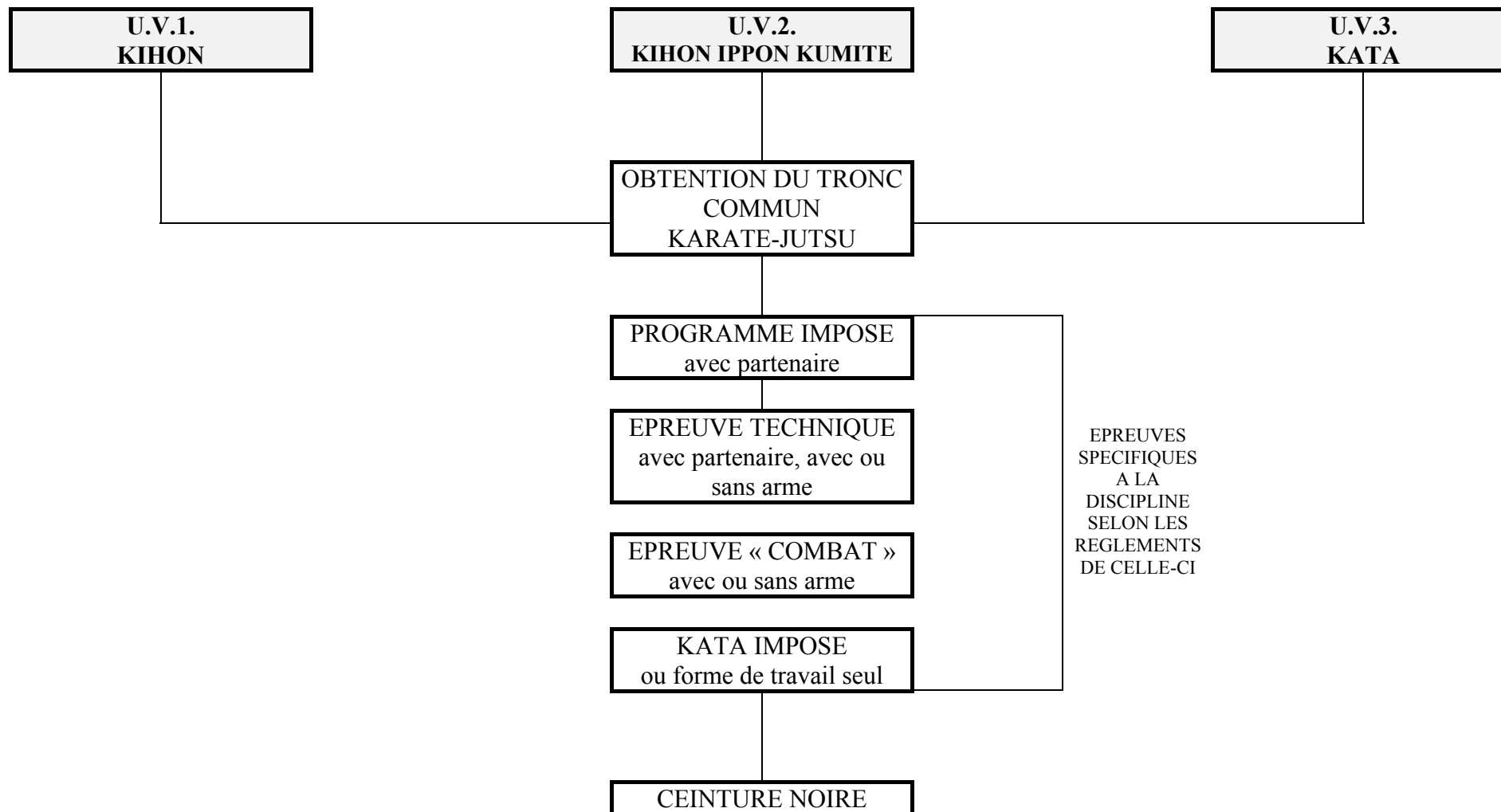


ORGANIGRAMME DU PASSAGE DE GRADE KARATE DO





ORGANIGRAMME DU PASSAGE DE GRADE KARATE JUTSU





20 09 2001

