

Réglementation de la CSDGE

PARTIE TECHNIQUE

PROGRAMME DES EXAMENS DE DANS ET GRADES EQUIVALENTS
1^{er} au 5^{ème} DAN

SHORINJI KEMPO SEÏGIDO RYU

Vous trouverez dans ce document uniquement la partie technique (Les épreuves du 1^{er} au 5^{ème} Dan) du programme du style **SHORINJI KEMPO SEÏGIDO RYU** ainsi que des annexes spécifiques.

En ce qui concerne les règles communes à tous les candidats, vous pouvez consulter le règlement modifié en octobre 2011 de la CSDGE (Commission Spécialisée des Dan et Grades Equivalents) sur le site fédéral (Onglet grades).

Modifications validées par la CSDGE janvier 2012

TABLE DES MATIERES

PREAMBULE.....	2
PARTIE TECHNIQUE	
PROGRAMME DES EXAMENS DE DANS ET GRADES EQUIVALENTS.....	
Article 401 – REGLES COMMUNES	3
Article 401-1 – Règles communes du 1 ^{er} au 3 ^{ème} DAN	3
Article 401-2 – Règles communes des 4 ^{ème} , 5 ^{ème} et 6 ^{ème} DAN	4
Article 402 – EXAMEN POUR L’OBTENTION DU 1 ^{er} DAN	5
Article 403 – EXAMEN POUR L’OBTENTION DU 2 ^{ème} DAN	8
Article 404 – EXAMEN POUR L’OBTENTION DU 3 ^{ème} DAN	11
Article 405 – EXAMEN POUR L’OBTENTION DU 4 ^{ème} DAN	14
Article 406 – EXAMEN POUR L’OBTENTION DU 5 ^{ème} DAN	17
Article 407 – EXAMEN POUR L’OBTENTION DU 6 ^{ème} DAN	20
ANNEXES	22
ANNEXE I – RANDORI.....	23
ANNEXE II – PROTECTIONS POUR L’EPREUVE RANDORI	24
ANNEXE III – LES ARMES.....	24
ANNEXE IV – CRITERES D’EVALUATION	25

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 Dans 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 Dans et grades équivalents de la fédération délégataire.

PROGRAMME DES EXAMENS DE DANS ET GRADES EQUIVALENTS DE SHORINJI KEMPO SEÏGIDO RYU

Article 401 – REGLES GENERALES

Les candidats aux examens de grade doivent impérativement se présenter en Dogi de couleur blanche.

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.

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 1^{er} au 3^{ème} DAN

L'examen du 1^{er}, 2^{ème} et 3^{ème} Dan est composé de 6 épreuves, chacune notée sur 20.

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

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

- 60 sur 120 points ;

Si le candidat n'obtient pas la moyenne générale, les UV pour lesquelles il a obtenu une note supérieure ou égale à la moyenne 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 et **organisés** soit par le **département**, la ligue ou au niveau national 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 1^{er} Dan (stages ouverts aux ceintures marrons candidats ou futurs candidats au passage de 1^{er} Dan);
- 4 points pour un passage de 2^{ème} Dan (2 points maximum par saison sportive) ;
- 6 points pour un passage de 3^{ème} Dan (2 points maximum par saison sportive).

La validation de chaque point obtenu est certifiée sur le passeport du candidat, par le responsable 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, 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.

Article 401-2 – Règles des 4^{ème}, 5^{ème}, et 6^{ème} DAN

Le passage du 4^{ème} et du 5^{ème} Dan est composé de 4 épreuves.

Bien qu'indépendantes, ces épreuves forment un même examen, ce qui conduit aux situations suivantes :

- au premier passage le candidat doit présenter toutes les épreuves.
- en cas d'échec total ou partiel, il doit présenter l'ensemble des épreuves qui lui manquent.
- Pour l'obtention de l'examen du 4^{ème} et du 5^{ème} Dan, le candidat doit obtenir la moyenne générale, soit 60 sur 120 points.
- Si le candidat n'obtient pas la moyenne générale, les UV pour lesquelles il a obtenu une note supérieure ou égale à la moyenne 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 et organisés soit par le département, la ligue ou au niveau national 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 :

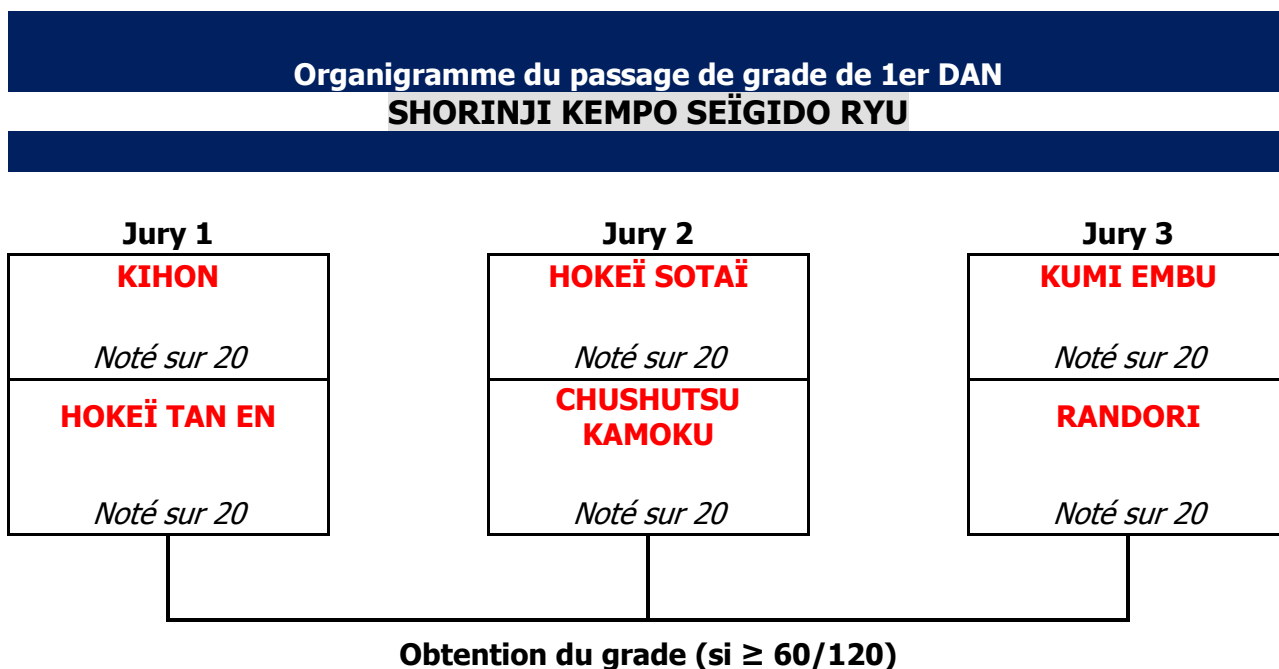
- 8 points pour un passage de 4^{ème} Dan (2 points maximum par saison sportive) ;
- 10 points pour un passage de 5^{ème} Dan (2 points maximum par saison sportive).

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

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

Pour le 6^{ème} Dan, l'examen est constitué de 4 épreuves (soutenance du mémoire technique, kata, kihon, kumité). Pour obtenir le 6^{ème} Dan, il faut obtenir la note minimale requise dans chacune des 4 U.V.

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



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

Les épreuves sont :

- 1/ KIHON
- 2/ HOKEÏ TAN EN
- 3/ HOKEÏ SOTAÏ
- 4/ CHUSHUTSU KAMOKU
- 5/ KUMI EMBU
- 6/ RANDORI

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

A. Module 1

1/ KIHON

Ichiji gamae Chudan Gamae

MODORI ZUKI JUN GERI – HARAÏ UKE GERI URAKEN CHUDAN ZUKI MAWASHI GERI

Umpo Ho

MIKAZUKI GERI URA MIKAZUKI GERI – YOSE ASHI SASHIKAE ASHI MAWASHI GERI URA
MAWASHI GERI – JO JO TAKA GERI

Ukemi – Daïsharin

MAE UKEMI/USHIRO UKEMI/DAÏSHARIN – OOTEN YORI OKI AGARI

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

2/ HOKEÏ TAN EN (2 choisis par le candidat)

TENCHIKEN DAÏ IKKEÏ à TENCHIKEN DAÏ ROKKEÏ

GIWAKEN DAÏ IKKEÏ et GIWAKEN DAÏ NIKKEÏ

BYAKUREN KEN DAÏ IKKEÏ

RYUOKEN DAÏ IKKEÏ à RYUOKEN DAÏ SANKEÏ

Remarque : pour les HOKEÏ TAN EN, le candidat se présente seul face à l'examineur, il n'y a pas de GOREÏ (comptage) de la part de ce dernier.

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/ HOKEÏ SOTAÏ (2 imposés par les examinateurs)

TENCHIKEN DAÏ IKKEÏ et TENCHIKEN DAÏ NIKKEÏ
GIWAKEN DAÏ IKKEÏ et GIWAKEN DAÏ NIKKEÏ
BYAKURENKEN DAÏ IKKEÏ
RYUOKEN DAÏ IKKEÏ

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 1^{er} Dan de son style, mais aussi dans la liste des Katas de 1^{er} 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 1^{er} Dan du style annoncé lors de son inscription.

2/ CHUCHUTSU KAMOKU

N°1	N°2
1 - UCHI UKE GERI REN HAN KO DAÏ NI 2 - KOTE NUKI REN HAN KO DAÏ NI 3 - TSUKI TEN ICHI REN HAN KO DAÏ NI 4 - MOROTE JOHAKU NUKI (UCHI OTOSHI) ou (SOTO OTOSHI)	1 - MAE RYUSUI GERIREN HAN KO DAÏ NI 2 - KATATE JUJI NUKI REN HAN KO DAÏ NI 3 - KUSSHIN GERI REN HAN KO DAÏ NI

5 - FURI TEN ICHI REN HAN KO DAÏ NI	4 - SANKAKU NUKI
6 - RYOTE YORI NUKI REN HAN KO DAÏ NI	5 - (UCHI) OSHI UKE GERI REN HAN KO DAÏ NI
7 - TSUBAME GAESHI REN HAN KO DAÏ NI	6 - RYOTE JUJI GOTE
8 - GYAKU GOTE URA GAESHI NAGE	7 - GEDAN GAESHI REN HAN KO DAÏ NI
9 - KINTEKI GERI HIZA UKE NAMI GAESHI REN HAN KO DAÏ NI	8 - UDE MAKI JUJI
10 - RYOTE OKURI GOTE	9 - CHIDORI GAESHI REN HAN KO DAÏ NI
	10 - MOROTE JOHAKU DORI

Tirage au sort de la liste n°1 ou n°2

C. Module 3

1/ KUMI EMBU

10 applications choisies par les candidats dans le programme de 1^{er} DAN enchainées avec des UMPO HO et des ZANSHIN de façon à créer un ensemble cohérent et harmonieux tant en composition (KOSEÏDO) qu'en expression (HYOGENDO) et exécuté en partage équitable avec le partenaire d'examen.

2/ RANDORI

- ***GOHO RANDORI :***

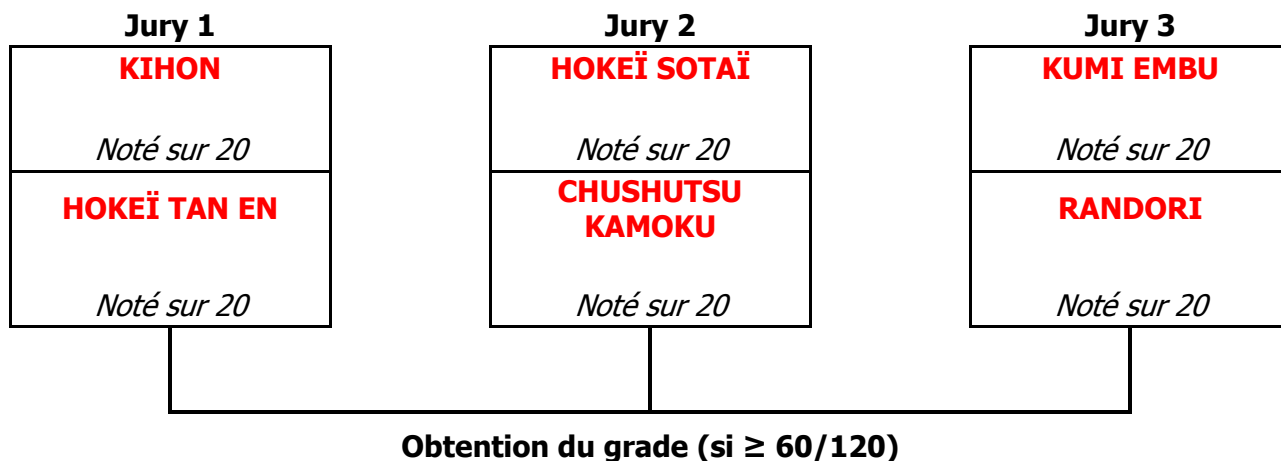
KOGI / BOGI (Attaque / Défense) sur Tsuki, Geri, Hiza et Hiji dans la forme Tai No Sen.

- ***JUHO RANDORI :***

Défenses sur Saisies

Article 403 – EXAMEN POUR L'OBTENTION DU 2^{ème} DAN

Organigramme du passage de grade de 2^{ème} DAN SHORINJI KEMPO SEÏGIDO RYU



L'examen du 2^{ème} Dan est composé de 6 épreuves notées chacune sur 20.

Les épreuves sont :

- 1/ KIHON
- 2/ HOKEÏ TAN EN
- 3/ HOKEÏ SOTAÏ
- 4/ CHUSHUTSU KAMOKU
- 5/ KUMI EMBU
- 6/ RANDORI

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

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

- Module 1 : KIHON et HOKEÏ TAN EN
- Module 2 : HOKEÏ SOTAÏ et CHUSHUTSU KAMOKU
- Module 3 : KUMI EMBU et RANDORI

A. Module 1

1/ KIHON

Umpo Ho

TOBI KOMI GERI GYAKU MAE JUN GERI JODAN SHUTO GIRI CHUDAN GYAKU ZUKI – JO
JO DAN GERI MAWASHI – YOSE ASHI SASHIKAE ASHI MAWASHI GERI SOKUTO GERI
USHIRO GERI

Ukemi – Daisharin

MAE UKEMI KERI IDORI - USHIRO UKEMIKERI IDORI - DAISHARIN KERI AGE

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

2/ HOKEÏ TAN EN (2 choisis par le candidat)

TENCHIKEN DAÏ IKKEÏ à TENCHIKEN DAÏ ROKKEÏ
GIWAKEN DAÏ IKKEÏ et GIWAKEN DAÏ NIKKEÏ
BYAKURENKEN DAÏ IKKEÏ
RYUOKEN DAÏ IKKEÏ à RYUOKEN DAÏ SANKEÏ
RYU NO KATA (GYAKU KOTE NO KATA)
KOMANJIKEN (MANJI NO KATA)

Remarque : pour les HOKEÏ TAN EN, le candidat se présente seul face à l'examineur, il n'y a pas de GOREÏ (comptage) de la part de ce dernier

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

B. Module 2

1/ HOKEÏ SOTAÏ (2 imposés par les examinateurs)

TENCHIKEN DAÏ IKKEÏ et TENCHIKEN DAÏ NIKKEÏ
GIWAKEN DAÏ IKKEÏ et GIWAKEN DAÏ NIKKEÏ
BYAKURENKEN DAÏ IKKEÏ
RYUOKEN DAÏ IKKEÏ
KOMANJIKEN URA et KOMANJIKEN OMOTE

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 2^{ème} Dan qui relèvent de son style, mais aussi dans la liste des Katas, de 2^{ème} 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 2^{ème} Dan du style annoncé lors de son inscription.

2/ CHUCHUTSU KAMOKU

N° 1	N° 2
1 - UWA UKE ZUKI REN HAN KO DAÏ NI 2 - MOROTE MAKI NUKI REN HAN KO NI DAÏ 3 - HAN TENSIN GERI REN HAN KO DAÏ NI 4 - GASSHO NUKI 5 - HARAÏ UKE GERI REN HAN KO DAÏ NI 6 - KOTE NUKI (OSHI) 7 - MAWASHI GERI SUKUI UKE ASHI KOSHI GATAME 8 - KOTE MAKI GAESHI 9 - MAWASHI GERI SAMPO UKE NAMI GAESHIREN HAN KO DAÏ NI 10 - RYOTE DORI ATAMA OTOSHI	1 - TENSIN GERI REN HAN KO DAÏ NI 2 - ERI NUKI 3 - GYAKU GERI HIZA UKE NAMI GAESHI REN HAN KO DAÏ NI 4 - OSHI KIRI NUKI 5 - GYAKU FUKUTO GERI HIZA UKE NAMI GAESHI REN HAN KO DAÏ NI 6 - MOROTE KOTE MAKI GAESHI 7 - KERI TEN SAN SUKUI ASHI NAGE (KAKU SHU) 8 - UWA UKE NAGE 9 - MAWASHI GERI SAMPO UKE KARI FUMI GERI 10 - MAE RYOTEKUBI SHIME

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

C. Module 3**1/ KUMI EMBU**

10 applications choisies par les candidats dans le programme de **2^{ème} DAN** enchaînées avec des UMPO HO et des ZANSHIN de façon à créer un ensemble cohérent et harmonieux tant en composition (KOSEÏDO) qu'en expression (HYOGENDO) et exécuté en partage équitable avec le partenaire d'examen

2/ RANDORI***- GOHO RANDORI :***

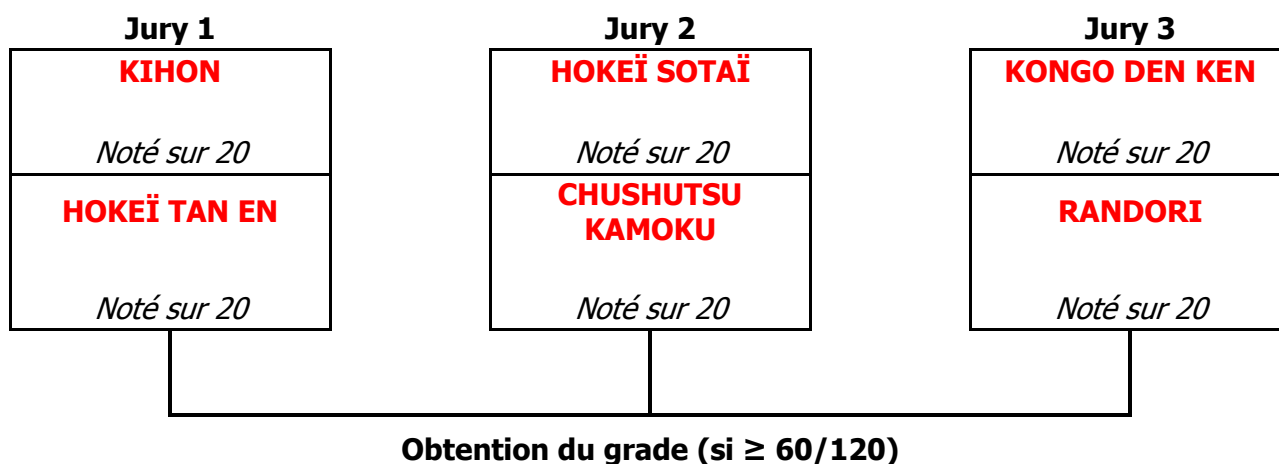
KOGI / BOGI (Attaque / Défense) sur Tsuki, Geri, Hiza et Hiji dans la forme Tai No Sen.

- JUHO RANDORI :

Défenses sur Saisies

Article 404 – EXAMEN POUR L'OBTENTION DU 3^{ème} DAN

Organigramme du passage de grade de 3^{ème} DAN SHORINJI KEMPO SEÏGIDO RYU



L'examen du 3^{ème} Dan est composé de 6 épreuves notées chacune sur 20.

Les épreuves sont :

- 1/ KIHON
- 2/ HOKEÏ TAN EN
- 3/ HOKEÏ SOTAÏ
- 4/ CHUSHUTSU KAMOKU
- 5/ KONGO DEN KEN
- 6/ RANDORI

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

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

- Module 1 : KIHON et HOKEÏ TAN EN
- Module 2 : HOKEÏ SOTAÏ et CHUSHUTSU KAMOKU
- Module 3 : KONGO DEN KEN et RANDORI

A. Module 1

1/ KIHON

Umpo ho

3 ENCHAINEMENTS DE 4 MOUVEMENTS CREES ET EXECUTES PAR LE CANDIDAT

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

2/ HOKEÏ TAN EN (2 choisis par le candidat)

TENCHIKEN DAÏ IKKEÏ à TENCHIKEN DAÏ ROKKEÏ (*Départ Migî Gamae pour les TENCHIKEN 1 à 4 – Hidari gamae pour les TENCHIKEN 5 et 6*)

GIWAKEN DAÏ IKKEÏ et GIWAKEN DAÏ NIKKEÏ

BYAKURENKEN DAÏ IKKEÏ

RYUOKEN DAÏ IKKEÏ à RYUOKEN DAÏ SANKEÏ (*Départ Hidari Gamae pour RYUO KEN DAI IKKEÏ*)

RYU NO KATA (GYAKU KOTE NO KATA)

KOMANJIKEN (MANJI NO KATA)

KAKURITSUKEN

Remarque : pour les HOKEÏ TAN EN, le candidat se présente seul face à l'examineur, il n'y a pas de GOREÏ (comptage) de la part de ce dernier

B. Module 2

1/ HOKEÏ SOTAÏ (2 imposés par les examinateurs)

TENCHIKEN DAÏ IKKEÏ et TENCHIKEN DAÏ NIKKEÏ

GIWAKEN DAÏ IKKEÏ et GIWAKEN DAÏ NIKKEÏ

BYAKURENKEN DAÏ IKKEÏ

RYUOKEN DAÏ IKKEÏ

KOMANJIKEN URA et KOMANJIKEN OMOTE

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 3^{ème} Dan de son style, mais aussi dans la liste des Katas de 3^{ème} Dan qui relèvent de tout autre style.

Le candidat doit enfin réaliser un Kata imposé. Ce Kata est tiré parmi la liste des Katas de 3^{ème} Dan du style annoncé lors de son inscription.

2/ CHUCHUTSU KAMOKU

N° 1	N° 2
1 - KUSSHIN ZUKI GERI REN HAN KO DAÏ NI 2 - RYOTE JUJI GOTE 3 - KAÏSSHIN ZUKI REN KO DAÏ NI 4 - MAE GAMI DORI 5 - GYAKU GERI SUKUI UKE (SOTO) ou (UCHI) 6 - RYO MUNA OTOSHI 7 - SOKUTO GERI HIKI ASHI NAMI GAESHI 8 - TSURI AGE DORI 9 - KON TEN ICHI REN HAN KO DAÏ NI 10 - KATATE NAGE	1 - (UCHI) OSHI UKE GERI REN HAN KO DAÏ 2 - JUJI JOHAKU DORI 3 - GYAKU GERI HASAMI UKE OTOSHI HIZA BASSHIN GATAME 4 - RYOTE OSHI GOTE 5 - FURI TEN SAN REN HAN KO DAÏ NI 6 - USHIRO RYOTE HIJI DORI HIJI NAGE 7 - SUIGETSU GAESHI KARI ASHI 8 - OKURI TEMBIN DORI (NISHU) 9 - GYAKU GERI CHI SAN REN HAN KO DAÏ NI 10 - GASSHO KATATE NAGE

Le candidat sera interrogé avec un partenaire (qu'il choisit parmi les candidats de son tableau) sur les différentes techniques et séquences issues des katas de sa liste. Les techniques et séquences seront déterminées par les membres du jury formant la table d'examen.

C. Module 3**1/ KONGO DEN KEN**

TENCHIKEN DAÏ IKKEÏ à TENCHIKEN DAÏ ROKKEÏ
 GIWAKEN DAÏ IKKEÏ et GIWAKEN DAÏ NIKKEÏ
 BYAKURENKEN DAÏ IKKEÏ
 KAKURITSUKEN

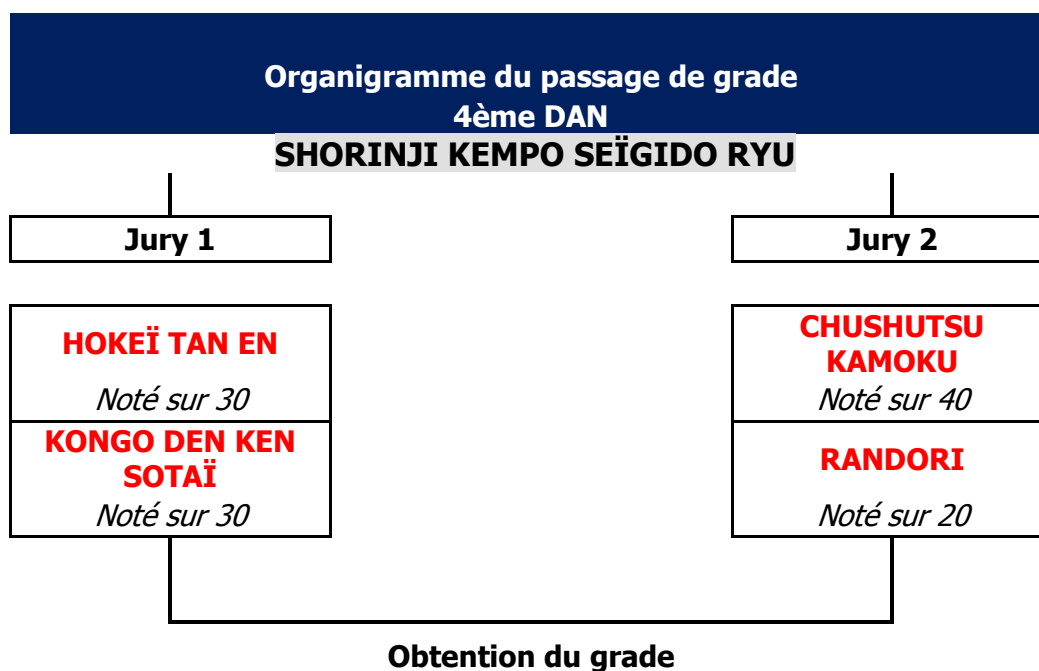
2/ RANDORI***- GOHO RANDORI :***

KOGI / BOGI (Attaque / Défense) sur Tsuki, Geri, Hiza et Hiji dans la forme Tai No Sen.

- JUHO RANDORI :

Défenses sur Saisies

Article 405 – EXAMEN POUR L’OBTENTION DU 4^{ème} DAN



L'examen pour l'obtention du 4^{ème} Dan est constitué de 4 épreuves : le HOKEÏ TAN EN, le KONGO DEN KEN SOTAÏ, le CHUSHUTSU KAMOKU et le RANDORI.

Pour l'obtention de l'examen le candidat doit obtenir la moyenne générale, soit 60 sur 120 points.

Si le candidat n'obtient pas la moyenne générale, les UV pour lesquelles il a obtenu une note supérieure ou égale à la moyenne restent acquises définitivement. Dans ce cas, seules les UV n'ayant pas obtenu la moyenne devront être repassées.

Le candidat est examiné par deux jurys différents composés chacun de trois juges. Le jury du module 1 juge deux épreuves et le jury du module 2 juge 2 épreuves.

A. Jury 1

Epreuve 1 : HOKEÏ TAN EN (2 choisis par le candidat)

Ce test est noté sur 30.

Pour réussir ce test, il faut obtenir la note minimum de 15/30.

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

TENCHIKEN DAÏ IKKEÏ à TENCHIKEN DAÏ ROKKEÏ (*Départ Migi Gamae pour les TENCHIKEN 1 à 4 – Hidari gamae pour les TENCHIKEN 5 et 6*)

GIWAKEN DAÏ IKKEÏ et GIWAKEN DAÏ NIKKEÏ

BYAKURENKEN DAÏ IKKEÏ

RYUOKEN DAÏ IKKEÏ à RYUOKEN DAÏ SANKEÏ (*Départ Hidari Gamae pour RYUO KEN DAI IKKEI*)

RYU NO KATA (GYAKU KOTE NO KATA)

KOMANJIKEN (MANJI NO KATA)

KAKURITSUKEN

Remarque : pour les HOKEÏ TAN EN, le candidat se présente seul face à l'examineur, il n'y a pas de GOREÏ (comptage) de la part de ce dernier.

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 de démontrer quelques techniques de base et de les appliquer en self- défense.

Epreuve 2 : KONGO DEN KEN

Avec BO - NIODEN - SHAKUJO en SOTAÏ

Exécuter un EMBU soit BO contre BO, soit NIODEN contre BO, soit NIODEN contre SHAKUJO

Ce test est noté sur 30 points.

Pour réussir ce test il faut obtenir la note minimum de 15/30.

B. Jury 2

Epreuve 3 : CHUCHUTSU KAMOKU

N° 1	N° 2
1 - HARAÏ UKE GERI REN HAN KO DAÏ NI 2 - KATAMUNA CHOJI OTOSHI 3 - GYAKU TENSIN GERI REN HAN KO DAÏ NI 4 - HIJI ATE SHIME SHUHO HIJI ATE NAGE 5 - CHUDAN GAESHI to UCHI UKE ZUKI 6 - SODE GUCHI DORI ou MAKI 7 - TSUKI TEN NI NAÏ TEMBIN NAGE 8 - SODE MAKI GAESHI 9 - FUKKO CHI NI 10 - USHIRO RYOTE DORI KATA to KUBI DORI	1 - (YAKO to KEÏKAÏ) GERI HIZA UKE GAESHI 2 - TSURI OTOSHI 3 - MIKAZUKI GAESHI KARI ASHI 4 - OKURI KATATE NAGE 5 - GEDAN GAESHI to TOBI REN GERI 6 - OKURI SHISHI DORI 7 - MATSUKAZE GAESHI 8 - OSAE KANNUKI NAGE UCHI ou SOTO 9 - HAN GETSU GAESHI SUKUI KUBI NAGE 10 - USHIRO RYOTE DORI USHIRO ZUZUKI HIZA OTOSHI

Ce test est noté sur 40 points.

Pour réussir ce test il faut obtenir la note minimum de 20/40.

Cette épreuve se compose de 2 notes distinctes:

Le candidat rappelle d'abord au jury son style renseigné sur la fiche d'inscription.

Le candidat doit ensuite réaliser un Kata libre noté sur 20. Il peut le choisir dans la liste des Katas de 4^{ème} Dan, qui relèvent de son style, mais aussi dans la liste des Katas de 4^{ème} Dan qui relèvent de tout autre style.

Il doit enfin réaliser un Kata imposé, noté sur 20. Ce Kata est tiré au sort parmi la liste des Katas de 4^{ème} Dan du style annoncé lors de son inscription.

Epreuve 4 : **RANDORI**

- **GOHO RANDORI :**

KOGI / BOGI (Attaque / Défense) sur Tsuki, Geri, Hiza et Hiji dans la forme Tai No Sen.

Le candidat doit réaliser cette épreuve noté sur 20 points. Pour réussir ce test il faut obtenir la note minimum de 10/20

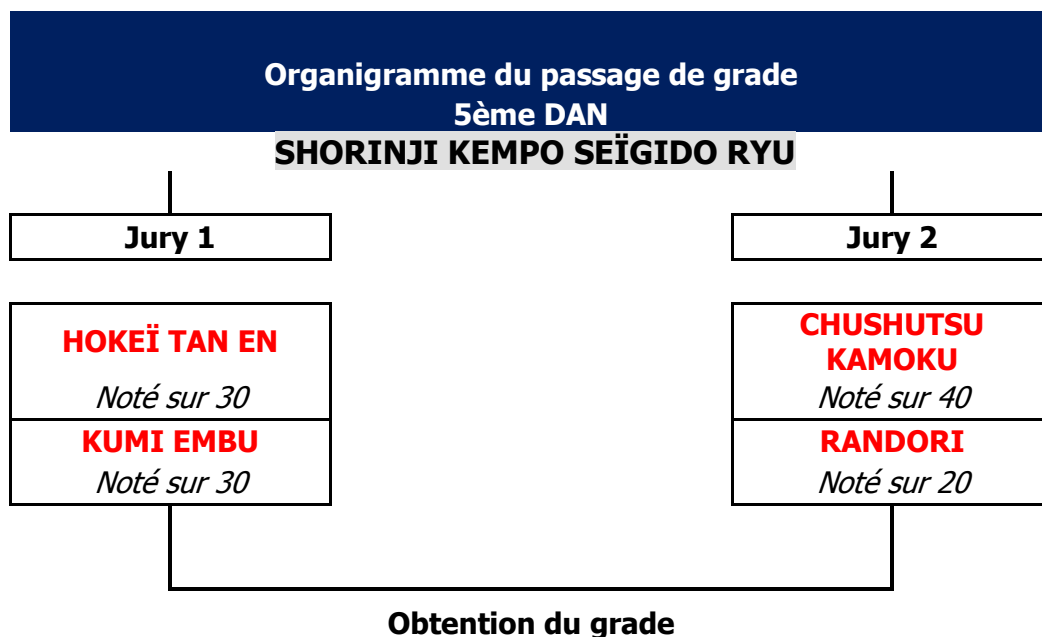
- **JUHO RANDORI :**

Défenses sur Saisies

Le candidat doit réaliser cette épreuve noté sur 20 points

Pour réussir ce test il faut obtenir la note minimum de 10/20

Article 406 – EXAMEN POUR L’OBTENTION DU 5^{ème} DAN



L'examen pour l'obtention du 5^{ème} Dan est constitué de 4 épreuves : le HOKEÏ TAN EN, le KUMI EMBU, le CHUSHUTSU KAMOKU et le RANDORI.

Pour l'obtention de l'examen le candidat doit obtenir la moyenne générale, soit 60 sur 120 points.

Si le candidat n'obtient pas la moyenne générale, les UV pour lesquelles il a obtenu une note supérieure ou égale à la moyenne restent acquises définitivement. Dans ce cas, seules les UV n'ayant pas obtenu la moyenne devront être repassées.

Le candidat est examiné par deux jurys différents composés chacun de trois juges. Le jury du module 1 juge deux épreuves et le jury du module 2 juge 2 épreuves.

A. Jury 1

Epreuve 1 : HOKEÏ TAN EN

Ce test est noté sur 30 points.

Pour réussir ce test, il faut obtenir la note minimum de 15/30.

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

HOKEÏ TAN EN (2 choisis par le candidat)

TENCHIKEN DAÏ IKKEÏ à TENCHIKEN DAÏ ROKKEÏ (*Départ Migi Gamae pour les TENCHIKEN 1 à 4 – Hidari gamae pour les TENCHIKEN 5 et 6*)

GIWAKEN DAÏ IKKEÏ et GIWAKEN DAÏ NIKKEÏ

BYAKURENKEN DAÏ IKKEÏ

RYUOKEN DAÏ IKKEÏ à RYUOKEN DAÏ SANKEÏ (*Départ Hidari Gamae pour RYUO KEN DAI IKKEÏ*)

RYU NO KATA (GYAKU KOTE NO KATA)

KOMANJIKEN (MANJI NO KATA)

KAKURITSUKEN

Remarque : pour les HOKEÏ TAN EN, le candidat se présente seul face à l'examineur, il n'y a pas de GOREÏ (comptage) de la part de ce dernier

Epreuve 2 : KUMI EMBU

10 techniques choisies par l'examineur dans le programme de 5^{ème} DAN

Ce test est noté sur 30 points.

Pour réussir ce test il faut obtenir la note minimum de 15/30.

B. Jury 2

Epreuve 3 : CHUCHUTSU KAMOKU

N° 1	N° 2
1 - HANGETSU GERI REN HAN KO DAÏ NI 2 - OKURI TSUKI TAOSHI 3 - CHUDAN GAESHI to UCHI UKE ZUKI 4 - OSHI UKE NAGE ou OSHI UKE MAKI NAGE 5 - KON TEN NI OTOSHI NAGE 6 - KATATE NEJI AGE TEMBIN OTOSHI 7 - HARAÏ UKE CHI NI 8 - BUKKOTSU NAGE 9 - JUN GERI CHI NI REN HAN KO DAÏ NI 10 - MAKI UCHI KUBI NAGE	1 - SHITA UKE DAN ZUKI REN KO DAÏ NI 2 - KONOHA GAESHI 3 - MATSUKAZE GAESHI REN HAN DAÏ NI 4 - KATATE NAGE KIRI KAESHI 5 - TSUKI TEN NI NAÏ TEMBIN NAGE 6 - KATA DORI OKURI KUBI NAGE (NISHU) 7 - FUKKO CHI NI 8 - KANNUKI OKURI(DORI) ou KANNUKI SOTO TEMBIN 9 - JUN GERI CHI SAN REN HAN KO DAÏ 10 - RYOTE KUMADE GAESHI

Ce test est noté sur 40 points.

Pour réussir ce test il faut obtenir la note minimum de 20/40.

Cette épreuve se compose de 2 notes :

Le candidat doit d'abord rappeler au jury son style tel que renseigné sur sa fiche d'inscription.

- 1 Kata libre noté sur 20 points. Le candidat peut choisir le Kata dans la liste des Katas de 5^{ème} Dan qui relèvent de son style, mais aussi dans la liste des Katas de 5^{ème} Dan qui relèvent de tout autre style ;

- 1 Kata imposé noté sur 20 points. Ce Kata est tiré au sort parmi la liste des Katas de 5^{ème} Dan du style annoncé lors de son inscription;

Epreuve 4 : **RANDORI**

GOJU ITTAÏ NO RANDORI

Défenses sur Saisies, Tsuki et Keri. Travail en KOGI/BOGI

Ce test est noté sur 20 points.

Pour réussir ce test il faut obtenir la note minimum de 10/20.

Article 504 – EXAMEN POUR L'OBTENTION DU 6^{ème} DAN



L'examen comporte la soutenance d'un mémoire **technique** ainsi que 3 parties basées sur la connaissance technique du Karaté-Jutsu. Pour réussir son examen, le candidat doit obtenir la note minimale de 10 sur 20 dans chacune des épreuves.

Le candidat ne pourra se présenter plus d'une fois par saison sportive à cet examen.

Article 504-1 - Soutenance du mémoire technique

Le mémoire est noté sur 20.

Le candidat soutiendra son mémoire devant le jury avant de réaliser sa prestation technique. La durée de la soutenance de mémoire ne peut excéder 20 minutes. A l'issue de la soutenance du mémoire, les membres du jury interrogent le candidat sur le contenu de son exposé.

Article 504-2 - Test Technique

A. **KIHON**

Ce test est noté sur 20 points.

Exécution, explication et justification d'une prestation personnelle (durée : 10 min maximum) sur un thème au choix du candidat se rapportant à la technique du Karaté. Le candidat se présente avec un partenaire de son choix.

B. **KUMITE TRADITIONNEL**

Ce test est noté sur 20 points.

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. Ce partenaire doit être âgé de plus de 18 ans et être ceinture noire 1^{er} Dan minimum.

C. **KATA**

Ce test est noté sur 20 points.

Le candidat doit présenter deux Kata. Ces kata sont choisis dans la liste officielle des kata fixée en annexe du présent règlement.

Il doit expliquer et démontrer les différentes techniques ou séquences de ces Kata (Bunkai) avec un partenaire de son choix. Ce partenaire doit être âgé de plus de 18 ans et être ceinture noire 1^{er} Dan minimum.

Remarques : 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 pédagogique.

ANNEXES

ANNEXE I – RANDORI

TEMPS REQUIS POUR LE RANDORI DES EXAMENS YUDANSHA

1er DAN	2ème DAN	3ème DAN	4ème DAN	5ème DAN
GOHO 2 X 2' Repos 1'	GOHO 2 X 2' Repos 1'	GOHO 2 X 2' Repos 1'	GOHO 2 X 2' Repos 1'	GOJU ITTAÏ 2 x 2'
JUHO 2 X 1' Repos 30"	JUHO 2 X 1' Repos 30"	JUHO 2 X 1 mn Repos 30"	JUHO 2 X 1' Repos 30"	

Le temps de repos se situe entre chaque reprise

ANNEXE II – PROTECTIONS POUR L'ÉPREUVE RANDORI GOHO

RANDORI GOHO :

1^{er} DAN :

Protège dents + gants + coquille + casque + protèges tibias

2^{ème} DAN :

Protège dents + gants + coquille + casque + plastron + protèges tibias

3^{ème} DAN :

Protège dents + gants + coquille + casque + plastron + protèges tibias

4^{ème} - 5^{ème} DAN : pas de protections

ANNEXE III - LES ARMES

Kongo Den ken	Nioden	Bo	Shakujo
Nom du groupe technique se rapportant aux armes du shorinji Kempo Seigido Ryu	Baton court de 60cm	Bâton long de 1,80m	Le bâton long 1,80 environ avec des anneaux métalliques connu par son nom japonais de shakujô (khakkhara en sanscrit). La traduction littérale des kanji ou idéogrammes qui composent le mot shakujô est "bâton de fer-blanc"

ANNEXE IV - CRITERES D'ÉVALUATION

KIHON et HOKEÏ TAN EN

- **SHIN** : Esprit (concentration, détermination, calme...).
- **GI** : Technique (application, dextérité...).
- **TAI** : Corps (condition physique, attitude...).

HOKEÏ SOTAÏ et CHUCHUTSU KAMOKU et KONGO DEN KEN

- **JUTSU** : Dextérité.
- **SOKUDO/RIKI** : Rythme, Force.
- **KYUSHO NO ICHI** : Précision.

KUMI EMBU

- **KOSEÏDO** : Composition
- **HYOGENDO** : Expression

RANDORI

GOHO RANDORI

- **SHIN** : Esprit (détermination, calme, concentration, respect du partenaire).
- **KOGI** : Attaque (qualité, enchaînement, création).
- **BOGI** : Défense (qualité, capacité de réalisation des contre attaques).

JUHO RANDORI

- **SHUHO** : Contrôle (maîtrise de la saisie de Kogeki).
- **NUKI** : Dégagement (qualité, tai sabaki).
- **KATAME** : Immobilisation (qualité, contrôle avant atemi et précision de ce dernier).