FFK

FÉDÉRATION FRANÇAISE KARATÉ

RÈGLEMENTATION DE LA **CSDGE**

ÉDITION - **SAISON 2018/2019**

PARTIE TECHNIQUE

COMMISSION SPÉCIALISÉE DES **DAN/DUAN/DANG** ET **GRADES ÉQUIVALENTS**

KALI ESKRIMA

ffkarate.fr

KALI ESKRIMA

Partie Technique

Article 502.KE – EXAMEN POUR L'OBTENTION DU 1er DAN

Article 503.KE – EXAMEN POUR L'OBTENTION DU 2ème DAN

Article 504.KE – EXAMEN POUR L'OBTENTION DU 3ème DAN

Article 505.KE – EXAMEN POUR L'OBTENTION DU 4ème DAN

Article 506.KE – EXAMEN POUR L'OBTENTION DU 5ème DAN

Article 507.KE – EXAMEN POUR L'OBTENTION DU 6ème DAN

Article 508.KE – EXAMEN POUR L'OBTENTION DU 7ème DAN

ANNEXES KALI ESKRIMA

ANNEXES KALI ESCRIMA

ANNEXE I – PROGRAMME TECHNIQUE OFFICIEL

ANNEXE II – DEFENSES CONVENTIONNELLES (Mains nues contre arme)

ANNEXE III – DEFENSES CONVENTIONNELLES (Arme contre arme)

ANNEXE IV – ENCHAINEMENT CODIFIE (Drill du style pratiqué)

ANNEXE V – FORME (Karenza)

ANNEXE VI – COMBAT SOUPLE

Article 502.KE – EXAMEN POUR L'OBTENTION DU 1er DAN

Organigramme du passage de grade KALI-ESKRIMA 1er DAN		
Techniques de base Noté sur 20	Défenses conventionnelles (Main nue contre arme) Noté sur 20	Enchaînements techniques codifés (Drill du style pratiqué) Noté sur 20
Forme (Karenza) Noté sur 20	Défenses conventionnelles (arme contre arme) Noté sur 20	Combat souple Noté sur 20

Obtention du grade (si ≥ 60/120)

Conformément à la réglementation générale de la CSDGE, le candidat est examiné par un jury composé uniquement de 3 juges qui notent les épreuves.

L'examen du 1er Dan est composé de 6 épreuves notées chacune sur 20.
Les épreuves sont :

1. Techniques de base,
2. Forme (Karenza),
3. Défenses conventionnelles (Mains nues contre arme),
4. Défenses conventionnelles (Arme contre arme),
5. Enchainements de techniques codifiées (Drill du style pratique),
6. Combat souple.

Pour l'obtention de l'examen le candidat doit obtenir la moyenne générale (60/120).
Si le candidat n'obtient pas la moyenne générale, les notes des UV pour lesquelles il a obtenu une note supérieure ou égale à la moyenne (10/20) restent acquises définitivement. Dans ce cas, seules les UV n'ayant pas obtenu la moyenne devront être repassées jusqu'à obtention de la moyenne générale.
Il n'y a pas de note éliminatoire.

EPREUVE N° 1/ Techniques de base

Le jury ne peut évaluer que deux candidats à la fois à cette épreuve.

Cette épreuve est notée sur 20, elle est composée de 4 parties.

Depuis une garde au choix le candidat effectuera 4 enchainements avec des déplacements, qui devront comporter entre 12 et 20 frappes.

1. Une série de frappes au bâton,
2. Une série de frappes au couteau,
3. Une série de frappes double bâtons,
4. Sur un partenaire neutre et immobile, le candidat effectuera lentement un enchainement de frappes contrôlées au choix parmi les trois premiers enchainements.

EPREUVE N° 2/ Forme (Karenza)

Cette épreuve est notée sur 20.

Le candidat devra présenter deux enchainements libres de 30 à 40 secondes maximum. (Au choix bâton simple ou double bâton).

EPREUVE N° 3/ Défenses conventionnelles (Mains nues contre arme)

Cette épreuve est notée sur 20, elle est composée de 4 parties.

Depuis une garde au choix, le candidat effectuera des enchainements de techniques mains nues contre des attaques au bâton.

Le candidat mains nues devra effectuer :

1. Une défense libre contre une attaque bâton angle N°1, défense, riposte.
2. Une défense libre contre une attaque bâton angle N°2 défense, riposte.
3. Une défense libre contre une attaque bâton angle N°1 défense, riposte comportant un désarmement et/ou un contrôle.
4. Une défense libre contre une attaque bâton angle N° 2 défense, riposte comportant un désarment et/ou un contrôle.

Chaque enchainement sera démontré une fois lentement puis une fois rapidement.

EPREUVE N° 4/ Défenses conventionnelles –Arme contre arme)
L'épreuve est notée sur 20, elle est composée de 5 parties

Depuis une garde au choix, le candidat effectuera des enchainements de techniques au bâton contre des attaques au bâton.

Le candidat au bâton devra effectuer :

1. Une défense libre contre une attaque bâton angle N) 1, défense, riposte.
2. Une défense libre contre une attaque bâton angle N°2, défense, riposte.
3. Une défense libre contre une attaque bâton ange N°3, défense, riposte.
4. Une défense libre contre une attaque bâton angle N°4, défense, riposte.
5. Une défense libre contre une attaque bâton angle N°5 défense, riposte.

Parmi les 5 enchainements le candidat devra effectuer au moins deux désarmements.

Chaque enchainement sera démontré une fois lentement puis une fois rapidement.

EPREUVE N° 5/ Enchaînements techniques codifiés (Drill du style pratiqué)
L'épreuve est notée sur 20.

Le candidat effectue en boucle un drill de son choix avec partenaire, l'enchainement comportera deux désarmements minimum, il sera démontré une fois lentement puis une fois rapidement (Au choix : Bâton, double bâtons ou espada y daga).

Le jury détermine la durée de l'enchainement.

EPREUVE N° 6/ Combat souple
L'épreuve est notée sur 20. Les deux partenaires sont équipés de protections casque, gants et utilisent des bâtons en mousse. Il est demandé un assaut souple, afin d'examiner les qualités techniques du candidat. La durée de l'assaut est de 2 minutes maximum.

Article 503.KE – EXAMEN POUR L'OBTENTION DU 2ème DAN

Organigramme du passage de grade KALI-ESKRIMA 2ème DAN		
Techniques de base Noté sur 20	Défenses conventionnelles (Main nue contre arme) Noté sur 20	Enchaînements techniques codifiés (Drill du style pratiqué) Noté sur 20
Forme (Karenza) Noté sur 20	Défenses conventionnelles Arme contre arme) Noté sur 20	Combat souple Noté sur 20

Obtention du grade (si ≥ 60/120)

Conformément à la réglementation générale de la CSDGE, le candidat est examiné par un jury composé uniquement de 3 juges qui notent les épreuves.

L'examen du 2ème Dan est composé de 6 épreuves notées chacune sur 20.
Les épreuves sont :

1. Techniques de base,
2. Forme (Karenza),
3. Défenses conventionnelles, (mains nues contre arme),
4. Défenses conventionnelles, (arme contre arme),
5. Enchainements de techniques codifiées (Drill du style pratiqué),
6. Combat souple.

Pour l'obtention de l'examen le candidat doit obtenir la moyenne générale (60/120).
Si le candidat n'obtient pas la moyenne générale, les notes des UV pour lesquelles il a obtenu une note supérieure ou égale à la moyenne (10/20) restent acquises définitivement. Dans ce cas, seules les UV n'ayant pas obtenu la moyenne devront être repassées jusqu'à obtention de la moyenne générale.
Il n'y a pas de note éliminatoire.

EPREUVE N° 1/ Techniques de base

Cette épreuve est notée sur 20, elle est composée de 4 parties.

Depuis une garde au choix, le candidat effectuera 4 enchainements avec des déplacements, qui devront comporter entre 12 et 20 frappes.

1. Une série de frappes au bâton,
2. Une série de frappes au couteau,
3. Une série de frappes aux double bâtons,
4. Sur partenaire neutre et immobile, le candidat effectuera lentement un enchainement de frappes contrôlées au choix parmi les trois premiers enchainements.

EPREUVE N° 2/ Forme (Karenza)

L'épreuve est notée sur 20, elle est composée de 2 parties.

Le candidat devra présenter deux enchainements libres de 30 à 40 secondes maximums (Au choix : Bâton, couteau, ou double bâtons).

EPREUVE N° 3/ Défenses conventionnelles (Mains nues contre arme)
L'épreuve est notée sur 20, elle est composée de 4 parties.

Depuis une garde au choix : le candidat effectuera des enchainements de technique à mains nues contre des attaques au bâton puis contre des attaques au couteau.

Le candidat mains nues devra effectuer :

1. Une défense libre contre une attaque bâton angle N°1 ou N°2, défense, riposte
2. Une défense libre contre une attaque bâton angle N°1 ou N° 2, défense, riposte, comportant un désarmement et/ ou un contrôle.
3. Une défense libre contre une attaque couteau angle N°1 ou N°2, défense, riposte.
4. Une défense libre contre une attaque couteau angle N°1 ou N°2, défense, riposte comportant un désarmement et/ ou un contrôle.

Chaque enchainement sera démontré une fois lentement puis une fois rapidement.

EPREUVE N° 4/ Défense conventionnelle (Arme contre arme)
L'épreuve est notée sur 20, elle est composée de 4 parties.

Depuis une garde au choix, le candidat effectuera des enchainements de techniques au bâton simple contre des attaques au bâton puis contre des attaques au couteau.

Le candidat au bâton devra effectuer :

1. Une défense libre contre une attaque bâton angle N°1, défense, riposte comportant un désarmement et/ou un contrôle.
2. Une défense libre contre une attaque bâton angle N° 2, défense, riposte, comportant un désarmement et/ou un contrôle.
3. Une défense libre contre une attaque couteau sur les angles N°1, N°2, N°3 ou N°4, défense, riposte comportant un désarmement et/ou un contrôle.
4. Une défense libre contre une attaque différente au couteau sur les angles N°1, N°2, N°3 et N°4, défense, riposte comportant un désarmement et/ou un contrôle.

Chaque enchainement sera démontré une fois lentement puis une fois rapidement.

EPREUVE N° 5/ Enchaînements techniques codifiés (Drill du style pratiqué)
L'épreuve est notée sur 20

Le candidat effectue en boucle un drill de son choix avec partenaire, l'enchainement comportera deux désarmements minimums, il sera démontré une fois lentement puis une fois rapidement. (Au choix : Bâton, double bâtons ou espada y Daga).

Le jury détermine la durée de l'enchainement.

EPREUVE N° 6/ Combat souple
L'épreuve est notée sur 20, les deux partenaires sont équipés de protections casque, gants et utilisent des bâtons en mousse. Il est demandé un assaut souple afin d'examiner les qualités techniques du candidat. La durée de l'assaut est de 2 minutes maximum.

Article 504.KE – EXAMEN POUR L'OBTENTION DU 3ème DAN

Organigramme du passage de grade KALI-ESKRIMA 3ème DAN		
Techniques de base Noté sur 20	Défenses conventionnelles (Mains nues contre arme) Noté sur 20	Enchaînements techniques codifiés (drill du style pratiqué) Noté sur 20
Forme (Karenza) Noté sur 20	Défenses conventionnelles (Arme contre arme) Noté sur 20	Combat souple Noté sur 20

Obtention du grade (si ≥ 60/120)

Conformément à la réglementation générale de la CSDGE, le candidat est examiné par un jury composé uniquement de 3 juges qui notent les épreuves.

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

Les épreuves sont :

1. Techniques de base,
2. Forme (Karenza),
3. Défenses conventionnelles (Mains nues contre arme),
4. Défenses conventionnelles (Arme contre arme),
5. Enchainements de techniques codifiées (Drill du style pratiqué),
6. Combat souple.

Pour l'obtention de l'examen le candidat doit obtenir la moyenne générale (60/120).
Si le candidat n'obtient pas la moyenne générale, les notes des UV pour lesquelles il a obtenu une note supérieure ou égale à la moyenne (10/20) restent acquises définitivement. Dans ce cas, seules les UV n'ayant pas obtenu la moyenne devront être repassées jusqu'à obtention de la moyenne générale.
Il n'y a pas de note éliminatoire.

<u>EPREUVE N° 1/ Techniques de base</u>
Cette épreuve est notée sur 20, elle est composée de 4 parties.

Depuis une garde au choix, le candidat effectuera 4 enchainements avec des déplacements, qui devront comporter entre 12 et 20 frappes.

1. Une série de frappes au bâton,
2. Une série de frappes au choix couteau ou lame longue,
3. Une série de frappes au choix double bâtons ou espada y daga,
4. Sur partenaire neutre et immobile le candidat effectuera lentement un enchaînement de frappes contrôlées, au choix parmi les trois premiers enchainements.

<u>EPREUVE N° 2/ Forme (Karenza)</u>
L'épreuve est notée sur 20, elle est composée de 2 parties. Le candidat devra présenter deux enchainements libres au choix de 30 à 40 secondes maximums. (Au choix : Bâton, couteau, double bâtons ou espada y daga).

EPREUVE N°3 / défenses conventionnelles (Mains nues contre arme)

L'épreuve est notée sur 20, elle est composée de 4 parties.

Depuis une garde au choix, le candidat effectuera des enchainements de techniques à mains nues contre des attaques au bâton puis contre des attaques au couteau, il sera démontré une fois lentement puis une fois rapidement.

Le candidat mains nues devra effectuer :

1. Une défense libre contre une attaque bâton angle N°1, ou N°2, défense, riposte.
2. Une défense libre contre une attaque bâton angle N°1, ou N°2, défense, riposte comportant un désarmement et/ou un contrôle.
3. Une défense libre contre une attaque couteau angle N°1, ou N°2, défense, riposte.
4. Une défense libre contre une attaque couteau angle N°1, ou N°2, défense, riposte comportant un désarmement et/ou un contrôle.

EPREUVE N° 4/ Défenses conventionnelles (Arme contre arme)

L'épreuve est notée sur 20, elle comporte 4 parties.

Depuis une garde au choix, le candidat effectuera des enchainements de techniques au bâton simple contre des attaques au bâton puis contre des attaques au couteau.

Le candidat au bâton devra effectuer :

1. Une défense libre sur une attaque au bâton angle N°1, défense, riposte comprenant un désarmement.
2. Une défense libre sur une attaque au bâton angle N°2, défense, riposte comprenant un désarmement.
3. Une défense libre sur une attaque au couteau angle N°1, N°2, N°3, N°4 ou N°5, défense, riposte comprenant un désarmement et/ou un contrôle.
4. Une défense libre sur une attaque différente au couteau angle N°1, N°2, N°3, N°4 ou N°5, défense, riposte comprenant un désarmement et/ou un contrôle.

EPREUVE N°5/ Enchaînements techniques codifiés (Drill du style pratiqué)

L'épreuve est notée sur 20. Le candidat effectue en boucle un drill de son choix avec partenaire, l'enchainement comportera trois désarmements minimums, il sera démontré une fois lentement puis une fois rapidement. (Au choix : Bâton, double bâtons, espada y daga). Le jury détermine la durée de l'enchainement.

EPREUVE N° 6/ Combat souple

L'épreuve est notée sur 20, les deux partenaires sont équipés de protections casque, gants et utilisent des bâtons en mousse. Il sera demandé un assaut souple afin d'examiner les qualités techniques du candidat. La durée de l'assaut est de 2 minutes maximum.

Article 505.KE – EXAMEN POUR L'OBTENTION DU 4ème DAN

Organigramme du passage de grade KALI-ESKRIMA 4ème DAN		
Techniques de base Noté sur 20		Forme (Karenza) Noté sur 20
Défenses conventionnelles (Mains nues contre arme ou arme contre arme) Noté sur 40		Enchaînement technique codifié (Drill du style pratiqué) Noté sur 40

Obtention du grade (si ≥ 60/120)

Conformément à la réglementation générale de la CSDGE, le candidat est examiné par un jury composé uniquement de 3 juges qui notent les épreuves.

L'examen pour l'obtention du 4ème Dan est constitué de 4 épreuves.
Les épreuves sont :

1. Techniques de base.
2. Défenses conventionnelles (Mains nues contre arme) ou (Arme contre arme).
3. Forme (Karenza).
4. Enchainements Techniques codifiés, (Drill du style pratiqué).

Pour l'obtention de l'examen le candidat doit obtenir la moyenne générale (60/120).
Si le candidat n'obtient pas la moyenne générale, les notes des UV pour lesquelles il a obtenu une note supérieure ou égale à la moyenne (10/20) restent acquises définitivement. Dans ce cas, seules les UV n'ayant pas obtenu la moyenne devront être repassées jusqu'à obtention de la moyenne générale.
Il n'y a pas de note éliminatoire.

Il n'y a pas de différence fondamentale entre l'application du contenu du 3ème Dan et celui du 4éme dan. Le jury sera plus vigilant quant aux aspects suivants de la prestation du candidat :
- exécution, détermination et sûreté des techniques,
- enchaînements et techniques plus complexes,
- attitude générale du candidat.

<u>EPREUVE N° 1/ Techniques de base</u>
L'épreuve est notée sur 20, elle est composée de 4 parties.

Depuis une garde au choix, le candidat effectuera 4 enchainements avec des déplacements qui devront comporter entre 12 et 20 frappes

1. Une série de frappes bâton.
2. Une série de frappes au choix : mains nues, couteau, sarong, kérambit ou lame longue.
3. Une série de frappes au choix : Double bâtons ou espada y daga.
4. Sur partenaire neutre et immobile le candidat effectuera lentement un enchainement de frappes contrôlées au choix parmi les trois premiers enchainements.

EPREUVE N° 2/ Défenses conventionnelles **(mains nues contre arme) ou (arme contre arme)**

L'épreuve est notée sur 40, elle est composée de 4 parties. Depuis une garde au choix, le candidat effectuera des enchainements de techniques.(Au choix : Mains nues, bâton ou couteau).

Le candidat utilisera un couteau pour se défendre seulement contre les attaques au couteau.

Le candidat devra effectuer :

1. Une défense libre sur une attaque au bâton angle N°1, défense, riposte comprenant un désarmement et contrôle.
2. Une défense libre sur une attaque au bâton angle N°2, défense, riposte comprenant un désarmement et contrôle.
3. Une défense libre sur une attaque au couteau angle N°1, N°2, N°3, N°4 ou N°5, défense, riposte comprenant un désarmement et un contrôle.
4. Une défense libre sur une attaque différente au couteau angle N°1, N°2, N°3, N°4 ou N°5, défense, riposte comprenant un désarmement et un contrôle.

Chaque enchainement sera démontré une fois lentement puis une fois rapidement.

EPREUVE N°3 / Forme (Karenza)

L'épreuve est notée sur 20, elle est composée de deux enchainements. Le candidat devra présenter deux enchainements libres au choix de 40 secondes à une minute maximum. Au choix : bâton, couteau, kérambit, sarong, lame longue, double bâtons, double couteaux ou espada y daga.

EPREUVE N°4 / Enchainements techniques codifiés (Drill du style pratiqué)

L'épreuve est notée sur 40.

Le candidat effectue en boucle un drill avec partenaire.(Au choix : mains nues, bâton, couteau, lame longue, double couteaux, double bâtons ou Espada y daga).

Le drill comportera une transition amenant deux phases de travail différentes. (Une transition est soit un changement d'arme, soit un changement de main, soit un changement de hauteur d'exécution).

Le candidat effectuera les enchainements de techniques avec des désarmements et /ou des contrôles et/ou des amenés au sol.

L'enchainement sera démontré une fois lentement puis une fois rapidement.

Le jury détermine la durée de l'enchainement.

Article 506.KE – EXAMEN POUR L'OBTENTION DU 5ème DAN

Organigramme du passage de grade KALI-ESKRIMA 5ème DAN		
Techniques de base Noté sur 20		Forme (Karenza) Noté sur 20
Défenses conventionnelles Noté sur 40		Enchaînement technique codifié Noté sur 40

Obtention du grade (si ≥ 60/120)

Conformément à la réglementation générale de la CSDGE, le candidat est examiné par un jury composé uniquement de 3 juges qui notent les épreuves.

L'examen pour l'obtention du 5ème Dan est constitué de 4 épreuves.
Les épreuves sont :

1. Techniques de base.
2. Défenses conventionnelles (Mains nues contre arme) ou (Arme contre arme).
3. Forme (Karenza).
4. Enchainements Techniques codifiés, (Drill du style pratiqué).

Pour l'obtention de l'examen le candidat doit obtenir la moyenne générale (60/120).
Si le candidat n'obtient pas la moyenne générale, les notes des UV pour lesquelles il a obtenu une note supérieure ou égale à la moyenne (10/20) restent acquises définitivement. Dans ce cas, seules les UV n'ayant pas obtenu la moyenne devront être repassées jusqu'à obtention de la moyenne générale.
Il n'y a pas de note éliminatoire.

Il n'y a pas de différence fondamentale entre l'application du contenu du 4ème Dan et celui du 5éme dan. Le jury sera plus vigilant quant aux aspects suivants de la prestation du candidat :
- exécution, détermination et sûreté des techniques,
- enchaînements et techniques plus complexes,
- attitude générale du candidat.
- fluidité dans les enchainements.

EPREUVE N°1 / Techniques de base

Cette épreuve est notée sur 20, elle est composée de 4 parties

Depuis une garde au choix, le candidat effectuera 4 enchainements avec des déplacements qui devront comporter entre 12 et 20 frappes.

1. Une série de frappes bâton.
2. Une série de frappes au choix : mains nues, couteau, sarong, kérambit ou longue lame.
3. Une série de frappes au choix double bâtons ou espada y daga.
4. Sur partenaire neutre et immobile le candidat effectuera lentement un enchainement de frappes contrôlées au choix parmi les trois premiers enchainements.

EPREUVES N°2 / défenses conventionnelles (Mains nues contre arme) ou (Arme contre arme)

L'épreuve est notée sur 40, elle est composée de 4 parties. Depuis une garde au choix, le candidat effectuera des enchainements de techniques. (Au choix : Mains nues, bâton ou couteau uniquement couteau contre des attaques au bâton simple puis contre des attaques au couteau).

Le candidat mains nues devra effectuer :

1. Une défense libre sur une attaque au bâton angle N°1, défense, riposte comprenant un désarmement et contrôle.
2. Une défense libre sur une attaque au bâton angle N°2, défense, riposte comprenant un désarmement et contrôle.

Le candidat bâton ou couteau devra effectuer :

3. Une défense libre sur une attaque au couteau angle N°1, N°2, N°3, N°4 ou N°5, défense, riposte comprenant un désarmement et un contrôle.
4. Une défense libre sur une attaque différente au couteau angle N°1, N°2, N°3, N°4 ou N°5, défense, riposte comprenant un désarmement et un contrôle.

Chaque enchainement sera démontré une fois lentement puis une fois rapidement.

EPREUVE N°3 / Forme (Karenza)

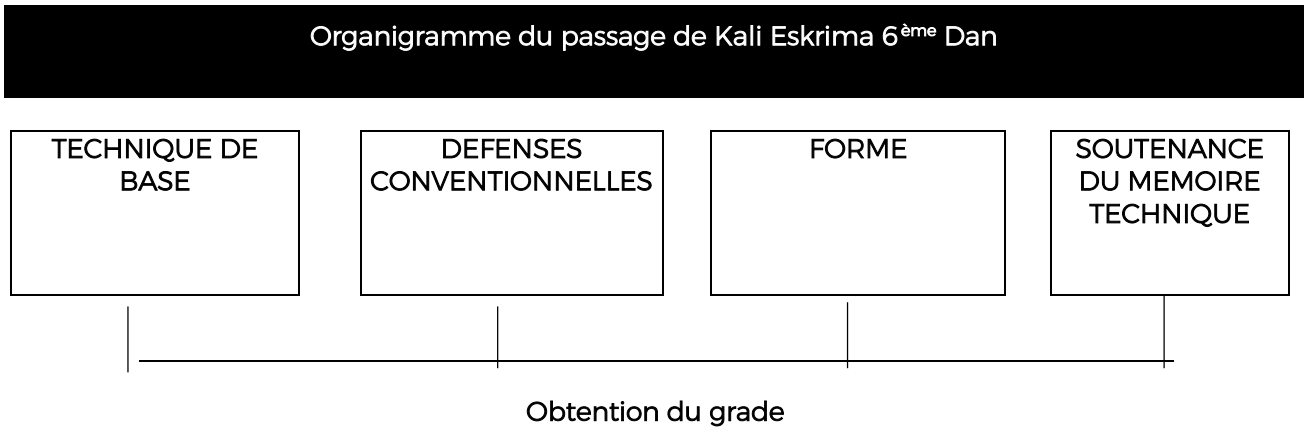
Cette épreuve est notée sur 20. Elle est composée de 2 enchainements. Le candidat devra présenter deux enchainements libres au choix de 40 secondes à une minute maximum.
(Au choix : bâton, bâton long, couteau, kérambit, sarong, lame longue, double couteaux, double bâtons, ou espada y daga). Il comportera deux transitions amenant trois phases de travail différentes. (Une transition est soit un changement d'arme, soit un changement de main, soit un changement de hauteur d'exécution).

EPREUVE N°4 / Enchainements techniques codifiés (Drill du style pratiqué)

L'épreuve est notée sur 40. Le candidat effectue en boucle un drill avec partenaire. (Au choix : Mains nues, bâton, couteau, lame longue, double couteaux, double bâtons ou Espada y daga).

Il comportera deux transitions amenant trois phases de travail différentes. Le candidat effectuera les enchainements de techniques avec des désarmements et /ou des contrôles et/ou des amenés au sol. L'enchainement sera démontré une fois lentement puis une fois rapidement. Le jury détermine la durée de l'enchainement.

Article 507.KE – EXAMEN POUR L'OBTENTION DU 6ème DAN



L'examen comporte la soutenance d'un mémoire technique ainsi que 3 parties basées sur la connaissance technique du Kali Eskrima.
Pour l'obtention de l'examen le candidat doit obtenir la moyenne générale, soit 40 sur 80 points.
Si le candidat n'obtient pas la moyenne générale, les notes des UV pour lesquelles il a obtenu une note supérieure ou égale à la moyenne (10/20) restent acquises définitivement. Dans ce cas, seules les UV n'ayant pas obtenu la moyenne devront être repassées jusqu'à obtention de la moyenne générale.
Il n'y a pas de note éliminatoire.

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

Article 507-1 - 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 507-2 - Test Technique

A. TECHNIQUES DE BASE

Ce test est noté sur 20 points.
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 Kali Eskrima.
Le candidat se présente avec un partenaire de son choix.

B. DEFENSES CONVENTIONNELLES (ou Drills)

Ce test est noté sur 20 points.

Exécution, explication et justification d'une prestation personnelle basée sur les formes de défenses conventionnelles ou drills (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 1er Dan minimum.

C. FORME

Ce test est noté sur 20 points.

Le candidat doit présenter deux formes libres. Ces formes sont choisies dans la liste officielle des formes fixée en annexe du présent règlement.
Il doit expliquer et démontrer les différentes techniques ou séquences de ces formes avec un partenaire de son choix. Ce partenaire doit être âgé de plus de 18 ans et être ceinture noire 1er 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.

Article 508.KE – EXAMEN POUR L'OBTENTION DU 7ème DAN

Le candidat devra soutenir une thèse sur son expérience et sa pratique, noté sur 20.

Le choix du sujet est libre et peut être indépendant de la prestation technique.

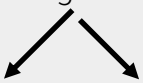
Le candidat se présentera avec un partenaire de son choix. Il devra démontrer les prestations techniques qu'il a développées au vu de son expérience. Cette épreuve est notée sur 20.

Pour réussir son examen, le candidat doit obtenir la note minimale de 20 sur 40 lors de l'examen.

ANNEXE I.KE – PROGRAMME TECHNIQUE OFFICIEL

La plupart des styles et écoles d'arts martiaux philippins utilisent des terminologies différentes. Il y a plus de quatre-vingts dialectes répartis sur 7107 îles. Il n'y a pas donc pas d'unité de langue aux Philippines. La terminologie retenue dans ces annexes renvoie à des termes issus du TAGALOG et communément admis par l'ensemble des styles enseignés en dehors des philippines. Pour ces raisons, le programme technique officiel utilise principalement une terminologie en français afin de faciliter la compréhension de tous.

LES DIFFERENTS SECTEURS DE TECHNIQUES.	
	Travail du bâton simple et double
	Travail au bâton long
	Travail à mains nues
	Travail du couteau, Travail de lame longue
	Travail du bâton couteau
	Travail espada y daga
	Travail d'arme spécifique type Echarpe (sarong)
	Travail au Kerambit
POSITIONS	
	La position de garde varie selon le style pratiqué.
DEPLACEMENTS	La plupart des styles utilisent plusieurs déplacements. Les plus fréquents sont.
Triangle femelle ouvert 	Déplacement en diagonal seul un pied se déplace vers l'avant à 45°

Triangle Mâle ouvert 	Déplacement en diagonal seul un pied se déplace vers l'arrière 45°
Triangle femelle fermé	les pied se déplace en triangle vers l'avant
Triangle Mâle fermé	Déplacement en triangle vers l'arrière
Losange ou full diamant	Triangle mâle et femelle enchainé
Remplacement stepping	Pas chassé Un pied chasse l'autre quelque soit la direction utilisée.
Side Stepping	Le changement de coté sur place
DISTANCE DE COMBAT	
CORTO CORTO	Distance de corps à corps
CORTO	Distance courte
MEDIO	Distance moyenne
LARGO	Distance longue
SECTEUR DE COMBAT	
	Main nue contre main nue
	Main nue contre arme
	Armes contre arme
	Lutte au corps à corps armé ou non.

	Travail de clé armée ou non
	Travail de pied
Les transitions	Une transition est un changement dans la dynamique du mouvement.
	Changement de main afin de privilégier l'ambidextrie.
	Changement d'arme Pouvant intervenir à la suite d'un désarmement.
	Chargement de distance de combat.
	Changement de hauteur du combat.
TECHNIQUES DE DEFENSE	On dénombre une très grande variété de technique et d'appellations différentes en fonction des styles pratiqués.
NUMERADO Propre à chaque style.	Enchaînement de 12 angles d'attaque avec armes.
KARENZA	Shadow avec ou sans armes
CRUZADA	Blocage en croix
GUNTING	Parade et attaque simultanée sur l'adversaire.
OUTSIDE PARRY	Parade sur attaque venant de l'extérieur.
INSIDE PARRY	Parade sur attaque venant de l'intérieur.
LOCK FLOW	Enchainement de clé.
TECHNIQUES DES FRAPPES AVEC ARMES	La liste étant très longue avec des terminologies différentes, nous restons seulement sur quelques appellations. Il appartient au candidat de nommer ses techniques s'il le jury le demande.

ABANICO	Frappe en éventail 360° verticale ou horizontale.
REDONDO	Frappe en arc de cercles sur un plan vertical.
LOBTIK / Lab tik	Frappe traversante
WITIK	Frappe fouettée qui rebondit sur la cible 180°
Punyo	Frappe avec le talon du bâton
SUNKETE / SUNGKITE	Pique circulaire
PANANTUKAN	Dite boxe sale (poings) en raison de mini lames cachées dans les mains.
PANANJAKMAN / SiKARAN	Travail de PIEDS
Les Armes utilisées. Il existe une grande variété d'armes utilisées.	On retrouve une logique d'apprentissage commune à tous les systèmes. Dans l'ordre : Le travail Bâton arrive en premier il est décliné au couteau puis à main nue. Certains styles se spécialisent en privilégiant le travail au bâton ou des lames ou à main nue.
Baston	Bâton simple
Doble baston	Double Bâton
Silat	Bâton long
Daga	Couteau
Kerambit	Griffe en arc de cercle avec un anneau de saisie.
Sarong / Sahong	Echarpe fermée en anneau ou ouverte pour certain style.
Espada y Daga	Epée et dague
Lame longue	Toute lame de la machette à l'épée double main.

Définition des angles d'attaque Numérado	Varies selon les styles Cependant on retrouve fréquemment cette numérotation
Numéro 1, (# 1)	Attaque diagonale de la main armée partant : De haut vers le bas De extérieur vers intérieur
Numéro 2, (#2)	Attaque diagonale de la main armée partant : De haut vers le bas De intérieur vers extérieur
Numéro 3, (# 3)	Attaque horizontale droite a gauche ou de gauche à droite en fonction de la main armée.
Numéro 4, (#4)	Attaque horizontale opposée à la précédente en fonction de la main armée.
Numéro 5, (#5)	Un pique horizontale en ligne droite.

ANNEXE II.KE - DEFENSES CONVENTIONNELLES (main nue contre arme)

A. DEFENSE MAIN NUE SUR UNE ATTAQUEAVEC UNE ARME. `

Les défenses sont libres et peuvent donner lieu à des enchaînements de frappe, de clés et ou un contrôle.

Cet assaut se déroule de la manière suivante :
Les deux candidats sont placés à une distance de 1 mètre l'un de l'autre et de profil par rapport au jury.

Après s'être salués, les deux candidats se mettent en garde. Le jury annonce l'attaque à réaliser et, après un moment de concentration, l'attaquant l'applique avec le plus de conviction et de détermination possible. La défense et la contre- attaque sont libres. Après chaque attaque, les deux candidats reviennent en position initiale.

CRITERES DE NOTATION

1. - 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.)
2. Stabilité et équilibre aussi bien dans l'attaque que dans la défense
3. Fluidité dans l'enchaînement de techniques
4. Détermination des attaques et des défenses
5. Variété dans les défenses constituées de blocage et contre- attaque.
6. L'attitude générale des pratiquants durant l'exercice qui doit refléter l'esprit dans lequel se pratique la discipline en général, et les exercices d'assauts en particulier.

ANNEXE III.KE - Défenses conventionnelles arme contre arme

DEFENSE AVEC UN BATON SUR UNE ATTAQUE AVEC UNE ARME BATON OU COUTEAU.

Les techniques démontrées sont libres et spécifiques aux écoles de Kali Eskrima. Seul l'ordre des angles d'attaque peut être imposé dans l'exercice et selon le niveau de difficulté. Les défenses sont libres et peuvent donner lieu à des enchaînements de frappe, de clés et ou un contrôle.

CRITERES DE NOTATION

- La tenue et le comportement des candidats doivent être exempts de tout reproche.
- La séquence débute et se termine par le salut propre au style démontré.
- Le candidat doit dégager une impression de détermination. Il ne doit souffrir d'aucune hésitation durant sa démonstration.
- L'enchaînement doit se dérouler sur un rythme proche de celui d'un combat réel.
- La variété des techniques utilisées tient lieu de critère.

ANNEXE IV.KE - Drill su système pratiqué

ENCHAINEMENT TECHNIQUE A DEUX SUR UN DRILL CODIFIE DU STYLE PRATIQUE.

Les drills sont un travail pré arrangés et codifié à deux partenaires, ils sont enchainés en continu afin de créer une fluidité dans l'exécution des techniques pratiquées. Les drills ont des intérêts pédagogiques qui varient selon le niveau de pratique, allant du simple apprentissage des techniques de bases aux techniques les plus complexes.

Ils permettent de percevoir des sensations qui déboucheront sur l'acquisition d'automatismes utilisables dans les applications et phase de combat. Le candidat l'exécute avec un partenaire de son choix. La durée d'un enchaînement est comprise entre 30 à 50 seconde maximum pour de la 1er à la 3ème DAN et de 50 seconde à 1 minute maximum pour les 4 et 5ème DAN. Le drill sera exécuté une fois lentement un fois rapidement en fonction du grade présenté.

Défense désarmements, transition et contrôle compris.

CRITERES DE NOTATION

1. La tenue et le comportement des candidats doivent être exempt de tout reproches.
2. La séquence débute et se termine par le salut propre au style démontré.
3. Le candidat doit dégager une impression de détermination. Il ne doit souffrir d'aucune hésitation durant sa démonstration.
4. La fluidité est un critère important de jugement.
5. L'enchaînement doit se démontré une fois lentement puis une fois rapidement.

ANNEXE V.KE - Forme (Karenza)

Peu d'écoles de Kali proposent l'apprentissage de formes codifiées assimilable aux Kata. Cependant, la quasi totalité des systèmes utilisent le Karenza, qui est une forme libre d'expression pouvant s'apparenter au shadow boxing. Le maniement des armes du Kali permet de présenter des « formes libre en improvisation totale », qui peuvent être jugées selon des critères objectifs.
La forme d'une durée minimum de 30 à 40 secondes maximum du 1er au 3ème Dan et sera de 40 secondes à une minute maximum pour les 4ème et 5ème Dan.

CRITERES DE NOTATION DE LA FORME de Karenza

1. La présentation
2. La tenue et le comportement du candidat doivent être impeccables : Tenue propre, comportement et attitude générale irréprochable.
3. Le cérémonial (salut propre à la discipline) doit être scrupuleusement respecté.
4. La concentration
5. Dans sa démonstration, le candidat doit dégager une impression d'unité corps/esprit.
6. L'équilibre et la fluidité.
7. La maîtrise des déplacements est essentielle et toute perte d'équilibre, glissade ou chute sera sanctionnée.
8. Le rythme et le tempo peuvent varier du lent au rapide selon les styles pratiqués.
9. La puissance
10. Les techniques doivent dégager une impression d'efficacité.

ANNEXE VI.KE - Combat souple

Principe général : L'épreuve de combat souple avec armes n'a pour but que de juger de la capacité du candidat à combattre dans sa discipline. Il est un moyen pédagogique et technique de préparation à une forme plus compétitive. Pour le passage de grade, il est destiné à permettre au jury de juger de la maîtrise technique du candidat, de sa capacité à combattre dans sa discipline.
Durée du combat : La durée des combats est limitée à 2 minutes.
Techniques autorisées : Seule les techniques de frappe avec le bâton sont autorisées.
Comportements interdits

- Les techniques qui ont un contact excessif en fonction de l'endroit attaqué ainsi que les techniques qui entrent en contact avec la gorge.
- Les attaques avec des techniques de piques au visage et à la gorge, ainsi qu'au ventre.
- Les projections jugées dangereuses ou interdites qui occasionnent une blessure.
- Les corps à corps inutiles (lutter, pousser ou saisir sans tenter une technique)

Les candidats combattront avec un casque de protection, des gants de combat, et toutes protections « traditionnelles » telles que des protèges tibias, protèges coudes / avants bras si ils le souhaitent. Le port du casque et des gants est obligatoire.
CRITERES DE NOTATION

- Travail en souplesse avec un contrôle absolu.
- Fluidité dans les techniques et les déplacements

- Stabilité dans les déplacements
- Variété des techniques d'attaque ou de contre-attaque
- Disponibilité durant le combat.

FÉDÉRATION
FRANÇAISE
KARATÉ

39 rue Barbès - 92120 MONTROUGE
01 41 17 44 40
info@ffkarate.fr

ffkarate.fr