



**YOSEIKAN
BUDO
FFK**

RÈGLEMENT COMPÉTITION

YOSEIKAN BUDO

ffkarate.fr

SAISON 2026-2027

Table des matières

CODE ÉTHIQUE DU COMPÉTITEUR	3
AVANT LA COMPÉTITION	3
LE JOUR DE LA COMPÉTITION	3
CATÉGORIES D'ÂGES ET DE POIDS / SAISON 2026-2027	4
RÈGLEMENT DES COMPÉTITIONS : GENERALITÉS	
I. Les acteurs	5
A. La commission nationale d'arbitrage de Yoseikan Budo, le référent arbitral et l'arbitre	5
B. La commission d'organisation, le responsable de la compétition et le référent administratif	5
C. L'entraîneur national	6
D. Les compétiteurs	6
E. Le coach	6
F. L'assistance médicale	7
II. La communication	7
III. Les tenues et équipements	7
A. La tenue et l'équipement de l'arbitre	7
B. La tenue et l'équipement du coach	8
C. La tenue et l'équipement du compétiteur	8
IV. La surface de combat	10
V. Définition des catégories Profight, Full, Light, U21 et Vétérans	10
VI. Intégrité physique	11
DÉROULEMENT DES COMPÉTITIONS	12
Inscriptions	12
Qualifications	12
Pesée	12
Confirmation des inscriptions	12
Accès aux aires d'échauffement et aires de combats	12
Championnat de Ligues et Championnat de France	13
La Coupe de France	13
LES ÉPREUVES INDIVIDUELLES DE SÉNIORS À PUPILLES	14
I. Sude Jiaï (Combat Pied Poing)	14
A. Profight	14
B. Full et U21	17
C. Light et Vétérans	20
II. Emono Jiaï (Combat bâtons)	25
III. Multidiscipline	27
A. Multidiscipline full et U21	27
B. Multidiscipline light et vétérans	28

IV. Epreuves de katas	30
V. Concours technique	32
LES ÉPREUVES PAR EQUIPES DE SÉNIORS À MINIMES	34
I. Emono Jiaï par équipes (combat bâtons)	34
II. Multidiscipline par équipes	35
LES POINTS DE SÉNIORS À PUPILLES	37
PÉNALITÉS ET SANCTIONS	39
LES COMPÉTITIONS MINI-POUSSINS ET POUSSINS	42
I. Emono Jiaï	42
II. Ne waza/ Sude Jiaï	42
A. Ne waza Mini-Poussins	42
B. Sude Jiaï Poussins	43
III. Multidiscipline	44
A. Multidiscipline mini-poussins	44
B. Multidiscipline Poussins	44
IV. Les points : mini-poussins et poussins	46
ANNEXES	

JOSEIKAN
Budo

CODE ÉTHIQUE DU COMPÉTITEUR

AVANT LA COMPÉTITION

1. Je m'assure d'être inscrit à la rencontre sportive.
2. Je vérifie être en possession du certificat médical de non-contre-indication à la pratique du Yoseikan Budo y compris en compétition dans les catégories où le KO est autorisé (V. modèle de certificat en annexe 1).
3. Je vérifie mon matériel (kimono, ceinture, gants, protections, casque, coquille, plastron ...) : état, propreté, conformité au règlement (V. liste du matériel homologué selon la catégorie en annexe).
4. Je veille à me présenter à la pesée au poids dans la catégorie dans laquelle je suis inscrit.

LE JOUR DE LA COMPÉTITION

1. Je veille à toujours bien me comporter.
2. Je suis les consignes des organisateurs de la compétition.
3. Je respecte mes adversaires sur le tatami et en dehors.
4. Je respecte les décisions des arbitres.
5. Je reste digne et humble dans la défaite comme dans la victoire.
6. J'invite ceux qui m'accompagnent à m'encourager avec sportivité.
7. Je veille à faire preuve de courtoisie, de politesse et de fair-play pour donner une image exemplaire de la discipline.
8. Je suis conscient que peuvent entraîner la disqualification toute tricherie, tous comportements agressifs ou insultes envers toutes personnes (compétiteurs, arbitres, coachs, public, etc.) ou une tenue vestimentaire et un équipement non conformes.

CATÉGORIES D'ÂGES ET DE POIDS / SAISON 2026-2027

	Mini Poussins	Poussins	Pupilles	Benjamins	Minimes	Cadets	Juniors	Seniors, U21 et vétérans Sude Jiaï et Multidiscipline	Seniors, U21 et vétérans Emono Jiaï
Année de naissance	2022/2021	2020/2019	2018/2017	2016/2015	2014/2013	2012/2011	2010/2009	2008 et avant	2008 et avant
Poids Minimum			20 kg	25 kg	30 kg	35 kg	44 kg		
Catégories féminines	-18 kg -22 kg -26 kg -30 kg 30 kg et +	-20 kg -25 kg -30 kg -35 kg 35 kg et +	-25 kg -31 kg	-31 kg -37 kg	-42 kg -50 kg	-44 kg -52 kg	-54 kg	-54 kg	-54 kg
			-37 kg -44 kg 44 kg et +	-44 kg -52 kg 52 kg et +	-58 kg 58 kg et +	-60 kg -68 kg 68 kg et +	-62 kg -72 kg	-62 kg -72 kg	-62 kg -72 kg
							72 kg &+	72 kg &+	72 kg &+
Nombre de catégories	5	5	5	5	4	5	4	4	4

	Mini Poussins	Poussins	Pupilles	Benjamins	Minimes	Cadets	Juniors	Seniors, U21 et vétérans Sude Jiaï et Multidiscipline	Seniors, U21 et vétérans Emono Jiaï
Année de naissance	2022/2021	2020/2019	2018/2017	2016/2015	2014/2013	2012/2011	2010/2009	2008 et avant	2008 et avant
Poids Minimum			20 kg	25 kg	30 kg	35 kg	50 kg		
Catégories masculines	-20 kg -25 kg -30 kg -35 kg 35 kg et +	-22 kg -27 kg -32 kg -37 kg -42 kg 42 kg et +	-25 kg -31 kg	-31 kg -37 kg	-38 kg -46 kg	-46 kg	-60 kg -67 kg	-66 kg	-65 kg
			-37 kg -44 kg -52 kg 52 kg et +	-44 kg -52 kg -59 kg 59 kg et +	-52 kg -60 kg	-54 kg -62 kg	-75 kg -85 kg	-72 kg	-75 kg
					-68 kg 68 kg et +	-70 kg -78 kg 78 kg et +	85 kg et +	-80 kg	-85 kg
Nombre de catégories	5	6	6	6	6	6	5	5	4

REGLEMENT DES COMPETITIONS : GENERALITES

I. Les acteurs

A. **La commission nationale d'arbitrage de Yoseikan Budo (CNAYB), le référent arbitral et l'arbitre**

La commission nationale d'arbitrage de Yoseikan Budo :

- établit en début de saison, en collaboration avec la commission sportive, le calendrier des compétitions et manifestations nationales,
- valide le règlement des compétitions,
- valide les règlements d'arbitrage, en accord avec les règlements internationaux,
- valide les épreuves,
- détermine le cahier des charges pour l'organisation des compétitions
- et assure la diffusion des informations réglementaires.

Le responsable arbitral :

- assiste au tirage au sort des tableaux pour chaque catégorie,
- supervise le bon déroulement de la pesée et la concordance entre les catégories et les tableaux d'inscription des compétiteurs,
- assure le bon timing de la compétition, la répartition des arbitres sur les différentes aires de combats ainsi que la bonne circulation des arbitres lors de l'événement.

L'arbitre :

- veille à assurer l'intégrité physique des compétiteurs
- veille à assurer le respect entre compétiteurs, coachs, teneurs de table et responsable de l'aire,
- doit faire preuve de pondération en toutes circonstances, en paroles comme en actes,
- doit avoir le sens de la responsabilité
- et doit être un exemple dans le cadre de ses fonctions et une référence pour l'image du Yoseikan Budo dont il est l'ambassadeur dans le contexte de la compétition.

B. **La commission d'organisation, le responsable de la compétition et le référent administratif**

La commission d'organisation sportive :

- organise les compétitions nationales,
- valide les inscriptions au Championnat de France
- et archive les résultats des compétitions nationales et internationales.

Un responsable de la compétition est nommé par la (CNAYB) ou par la Commission Régionale d'arbitrage de Yoseikan Budo (CRAYB). Il représente la commission nationale pour toute décision de conformité avec la réglementation.

Il a pour mission :

- de veiller au bon déroulement de la compétition,
- d'accueillir les invités et les V.I.P,
- de diriger le protocole des remises de récompenses
- et de diffuser les résultats de la compétition aux présidents de ligues, aux référents techniques régionaux et au coordonnateur national.

Le référent administratif et le responsable de la compétition enregistrent les compétiteurs et éditent les listes d'engagés. Le tirage au sort est réalisé par le logiciel.

C. **L'entraîneur national**

L'entraîneur national présélectionne les compétiteurs pour participer aux regroupements nationaux. La sélection définitive qui permet aux compétiteurs de participer aux rencontres internationales est effectuée lors de ces rencontres.

D. Les compétiteurs

Pour valider leur inscription, **les compétiteurs** doivent être licenciés pour la saison en cours et présenter à chaque compétition :

- l'autorisation parentale pour les mineurs,
- un justificatif d'identité (avec photo)
- un justificatif de nationalité française pour les championnats de France,
- le certificat médical : conformément à la circulaire « Politique fédérale relative à la réglementation en matière de certificat médical », le certificat médical n'est pas exigé pour la participation aux compétitions. Cependant, pour les catégories autorisant le KO, le certificat médical devra être présenté à chaque compétition en même temps que le passeport. Le modèle de certificat médical est en annexe du règlement.

Pour le championnat de France et la Coupe de France, le compétiteur doit avoir au moins deux années de licence FFK dont celle en cours.

Pour le championnat de France, le compétiteur doit justifier de sa participation préalable à au moins une compétition régionale ou départementale au cours de la même saison en Yoseikan Budo.

Les compétiteurs doivent respecter le code éthique.

E. Le coach

Pour être **coach**, les conditions suivantes doivent être remplies :

- avoir au moins deux années de licence FFK dont celle en cours,
- avoir validé le questionnaire en ligne
- et suivre, le jour de la compétition, la réunion des coaches.

Au championnat de France, le coach doit être sélectionné par le référent administratif de région et muni d'un badge.

Le coach est au service du compétiteur. Il doit veiller au respect des droits du compétiteur, soutenir son moral et veiller à son intégrité physique. Il peut lui donner des conseils et consignes entre les reprises et pendant le combat. Dans cette dernière hypothèse, il doit toutefois veiller à ne pas perturber le combat et à ne pas déranger les arbitres.

Le coach ne peut en aucun cas contester la décision de l'arbitre.

Le coach peut se faire exclure de la compétition lors des phases de combat si son comportement est contraire aux règles de discrétion, de courtoisie et de politesse élémentaires.

F. L'assistance médicale

Le médecin ou l'assistance médicale a pour mission de veiller à la sécurité des participants lors de la manifestation sportive. L'assistance médicale se réserve le droit de suspendre la compétition en fonction des impératifs liés à la manifestation.

II. La communication

La diffusion des informations est assurée par le secrétariat de la commission nationale d'arbitrage de Yoseikan Budo. Son rôle est de mettre en relation les différents organes régionaux ou nationaux avec les acteurs de la manifestation sportive.

Il s'occupe de la création des affiches, de la publicité de l'événement sportif et de l'annonce de la manifestation par les organes de presse au niveau local, régional ou national.

III. Les tenues et équipements

A. La tenue et l'équipement de l'arbitre

Lors des compétitions, déplacements, présentations ou remises de récompenses, les arbitres et les teneurs de table doivent être vêtus :

- d'un blazer bleu marine,
- d'un polo bleu marine officiel,
- d'une cravate officielle et chemise blanche pour les responsables,
- d'un pantalon gris clair
- et de chaussettes foncées sans motif.

Lors des compétitions, l'arbitre central arbitre sans veste.

Le référent national d'arbitrage est en droit de refuser le concours de tout arbitre ou juge arbitre non revêtu de cette tenue officielle propre et soignée.

Equipement de l'arbitre :

- un sifflet,
- le règlement d'arbitrage de Yoseikan Budo,
- un stylo,
- deux compteurs à main
- et des chaussons noirs.

B. La tenue et l'équipement du coach

Le coach doit être vêtu d'un tee-shirt ou d'un sweat-shirt de couleur rouge avec la seule inscription «COACH» floquée sur la poitrine et dans le dos et d'un pantalon de kimono.

Le coach qui n'est pas vêtu comme précité ne sera pas admis sur la zone de compétition.

Est autorisé l'écusson du club ou de la région sur la manche gauche.

Le coach doit être muni d'une trousse de soins, d'une serviette et d'un moyen d'hydratation.

Toute publicité est interdite.

C. La tenue et l'équipement du compétiteur

Le compétiteur doit revêtir :

- un kimono de Yoseikan Budo, propre et en bon état (un kimono de rechange doit également être prévu) :
 - veste bleue marine avec logo officiel Yoseikan, côté gauche sur la poitrine. L'écusson du club ou de la région est autorisé sur la manche gauche,
 - pantalon blanc avec bandes bleues marine de 4 cm
 - ceinture bleue et blanche,
- Pas de tee-shirt pour les hommes ; tee-shirt bleu marine pour les femmes.

Le compétiteur doit avoir les ongles coupés.

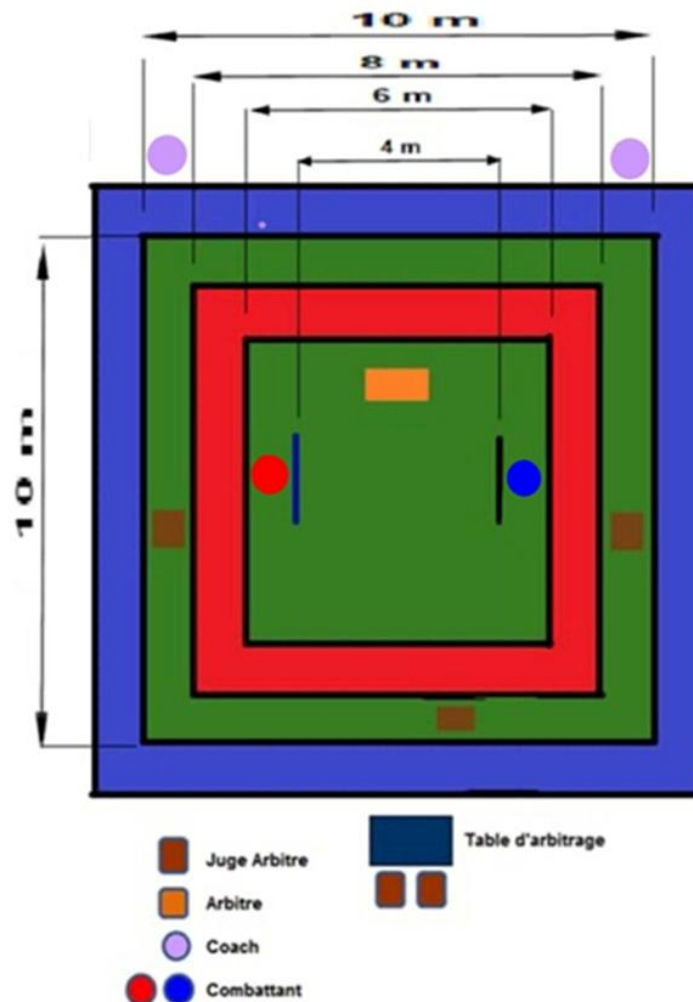
Sont interdits les bandages en dessous des mains, les bijoux, les piercings, les barrettes et épingles à cheveux ou tout autre objet susceptible de blesser l'adversaire.

Le port d'appareils dentaires métalliques doit être approuvé par l'arbitre et l'assistance médicale.

L'équipement du compétiteur varie selon la catégorie et l'atelier. V. annexe 2

IV. La surface de combat

L'aire de compétition mesure 10m x 10m. Il s'agit d'une surface plane composée de tatamis qui ne doit présenter aucun danger. La surface intérieure est d'au moins 6mx6m. La zone de combat total est d'au moins 8mx8m. La zone de sécurité est de 10x10.



V. Définition des catégories Profight, Full, Light, U21 et Vétérans

Dans l'esprit de promouvoir le développement de la pratique du Yoseikan Budo et afin de permettre l'accessibilité à tous de la compétition, des catégories de combat Profight, Full, Light, U21 et Vétérans ont été mises en place.

PROFIGHT :

Combat unique obéissant à une réglementation adaptée en fonction des besoins.

Intensité et explosivité autorisées.

La recherche du hors combat par impact est autorisée.

Le panel technique de développement du travail au sol est élargi.

FULL :

Intensité et explosivité autorisée.

La recherche du hors combat par impact est autorisée.

LIGHT :

Intensité régulée.

Les touches ne doivent pas déstructurer l'adversaire. Il s'agit de "touches" et non de "frappes"

Il est interdit de rechercher la frappe appuyée ou le hors combat.

Les touches doivent être contrôlées sous peine de sanction ou d'exclusion.

U21 ET VETERANS :

Au sein de la catégories Séniors, on distingue :

- Les U21 full : compétiteurs nés en 2006, 2007 ou 2008
- Les Vétérans light : compétiteurs âgés de plus de 40 ans.

Si le compétiteur entre dans la tranche d'âge indiquée ci-dessus, il peut demander à intégrer cette catégorie. Par exemple, un compétiteur de 20 ans qui veut s'inscrire en full a le choix entre la catégorie U21 full et la catégorie séniors full. Autre exemple, un compétiteur de 42 ans a le choix de s'inscrire en séniors light, en séniors full ou en vétérans light.

VI. Intégrité physique

L'organisation se réserve le droit d'arrêter un combat soit en cas de supériorité technique et/ou pour préserver l'intégrité physique d'un compétiteur.

Mise hors combat

En cas de « mise hors combat » survenue accidentellement (évanouissement, mauvaise chute, blessure, compétiteur n'étant plus en mesure de se défendre), le combat est arrêté. A l'intervention de l'assistance médicale, l'arbitre donne la décision. Elle entraîne le retrait immédiat du compétiteur concerné de la compétition pour toute la durée de celle-ci.

Tout compétiteur ayant provoqué une action entraînant une « mise hors combat » sans acte interdit (V. pénalités et sanctions) sera déclaré vainqueur si le compétiteur adverse n'est pas apte à reprendre le combat dans le temps imparti (10 secondes). Le comptage se fera uniquement quand l'adversaire sera en coin neutre.

L'interdiction de participer à toute compétition pendant une durée déterminée par le médecin à compter du jour de l'incident est enregistrée dans le logiciel fédéral.

Un compétiteur blessé qui gagne un combat par disqualification de son adversaire ne peut plus combattre dans cette compétition sans l'autorisation de l'assistance médicale et de l'arbitre.

Abandon

En cas d'infériorité technique flagrante et/ou si le compétiteur est fortement éprouvé, le combat est arrêté. L'arbitre donne la décision.

Lorsqu'un compétiteur abandonne son combat, en individuel ou en tant que membre d'une équipe, il est définitivement éliminé de la compétition en cours.

Organes de la vue

Le port des lunettes est interdit. Si l'acuité visuelle à distance est inférieure à 5/10ème, le compétiteur doit être appareillé par des lentilles souples tolérées de façon prolongée. Le port de lentilles de contact souples est autorisé sous la responsabilité du compétiteur.

Remarque : ceci sera mentionné sur le certificat médical. Le compétiteur devra le signaler à la table.

DEROULEMENT DES COMPETITIONS

Inscriptions

Les compétiteurs doivent être licenciés au plus tard à la date limite d'inscription. Tout compétiteur non licencié ne pourra pas participer à la manifestation sportive.

Les inscriptions sont réalisées par le responsable du club en ligne à cette adresse : <https://www.ffkcompetition.fr>. Aucune inscription ne sera prise sur place.

Des « ententes Sportives » peuvent être constituées avec un club qui n'a présenté aucune équipe en son nom aux compétitions par équipe de la saison en cours. Quand deux clubs constituent une entente sportive, ils restent tenus par cette entente pendant toute la saison, du niveau régional au niveau national.

Qualifications

Empêchement. Le compétiteur inscrit doit impérativement informer les organisateurs de son désistement dans les plus courts délais.

Pesée

Catégorie de poids. Un combattant qualifié dans une catégorie de poids ne pourra pas changer de catégorie. Cependant, si lors de la pesée, le poids d'un benjamin, pupille, minime ou cadet ne correspond pas à celui de la catégorie dans laquelle il a été inscrit, il conviendra d'inscrire ce compétiteur dans la catégorie qui correspond à son nouveau poids.

Lors de la pesée, si un compétiteur dépasse de peu la limite supérieure, il est autorisé à se peser en sous-vêtements.

Aucune tolérance de poids ne sera accordée pour les catégories juniors, séniors, U21 et vétérans.

Le compétiteur doit avoir un poids inférieur ou égal au poids de la catégorie dans laquelle il est inscrit et supérieur au poids de la catégorie précédente.

Confirmation des inscriptions

Après la pesée, les compétiteurs doivent vérifier leur inscription auprès des tables.

Aucun remplacement de combattant ne sera accepté à l'exception d'un membre de l'équipe Emono.

Les compétiteurs séniors, U21 et vétérans se trouvant seuls dans leur catégorie peuvent combattre dans la catégorie de poids supérieure. Il en est de même pour les personnes informées 6 jours avant la compétition par voie officielle. Tous ces compétiteurs ne peuvent revendiquer de titre dans la catégorie dans laquelle ils étaient initialement inscrits. Si le compétiteur se rend à la compétition malgré l'information, il est récompensé par une médaille mais ne peut pas revendiquer le titre.

Accès aux aires d'échauffement et aires de combats

Pendant les compétitions, les combattants n'auront pas accès aux aires de combat avant leur passage. Ils seront informés dans les aires d'échauffement qui leur ont été attribuées que leur passage est annoncé. A l'appel du compétiteur, celui-ci devra se présenter avec son coach en tenue conforme au règlement.

LISTE DES COMPÉTITIONS

Championnat de ligue, de département et Championnat de France

Les championnats de ligue ou régional et le championnat de France sont réservés aux compétiteurs ayant la nationalité française (la présentation d'une pièce nationale d'identité est obligatoire) et licenciés à la FFK.

Le championnat présente les ateliers suivants :

- Sude Jiaï (Full, Light, U21 et Vétérans) pour le titre de Champion de France Yoseikan Budo et Sude Jiaï Profight
- Emono Jiaï pour le titre de Champion de France Yoseikan Kenjutsu.
- Equipe Emono Dan-Taï Sen (minime, cadet, junior/sénior, d'un même club ou d'une entente sportive régionale) pour le titre de Champion de France par Équipe Kenjutsu

La Coupe de France

La coupe de France est ouverte à tous les licenciés de la FFK.

La coupe de France est une compétition en multidisciplinaire.

LES ÉPREUVES INDIVIDUELLES DE SÉNIORS À PUPILLES

I. Sude Jiaī (Combat Pied Poing)

Généralités : dans les catégories où les clés type juji gatamé sont autorisées, il doit s'agir de clés finalisées « au sol » par l'attaquant.

A. **Profight**

Cette épreuve est mise en place et gérée uniquement par le comité d'organisation nationale. Elle permet l'utilisation des frappes, projections, immobilisations, clés au sol et des étranglements. Les touches doivent être conformes aux critères de notation en vigueur et réalisées dans le respect des règles fixées par ce règlement.

L'accès à ce modèle de combat se fait exclusivement par sélection de la commission nationale des compétitions avec les sélectionneurs nationaux.

Objectifs :

- recherche d'efficacité technique et tactique
- résistance physique et renforcement mental
- équilibre entre puissance et vitesse
- contrôle des émotions
- gestion et planification d'un combat vis-à-vis d'un adversaire.

Durée : 3 reprises de 4 mn / 1 mn de repos

Victoire / Match Nul / No contest possible à la fin du combat.

Déroulement

A l'appel de leur nom, les deux compétiteurs se présentent sur l'aire de compétition pour effectuer le salut avec le corps arbitral. Le compétiteur situé à droite vu de la table d'arbitrage est considéré comme AKA (côté rouge), l'autre comme AO (côté bleu).

A la fin du round, l'arbitre annonce « Yame » et, après avoir salué, les combattants rejoignent leur coin pendant que les arbitres donnent leur décision pour la reprise. Les points sont comptabilisés et le vainqueur de la manche est désigné.

Chaque round peut être gagné par cumul de points ou par mise hors combat.

A la fin des combats, le cumul des points de l'ensemble des manches est effectué par le corps arbitral et la décision finale est donnée.

La victoire revient au combattant qui emporte le plus de points.

Arbitrage

Pour la décision, les arbitres utilisent des palettes ou fanions désignant AKA ou AO par 1, 2 ou 3 points.

Une mise hors combat réglementaire entraîne un cumul de points maximum pour la manche (9 points).

Vigilance médicale

Le compétiteur a le droit à 3 saignements maximum par reprise, sauf décision du médecin d'arrêter le combat avant. L'intervention du médecin est autorisée pendant la minute de repos, cette minute de repos peut être prolongée, en cas de nécessité, par le médecin dans la limite de 3 minutes au total.

La disqualification

La disqualification peut être prononcée par le corps arbitral directement ou à la suite d'un ou plusieurs avertissements.

Sude Jiaï Profight

Sont autorisés et pris en compte pour la décision finale	- les atémis au visage (face ou côté du visage protégé par le casque) à l'exception des coups de genou, coude et tête - les atémis sur le corps - les projections - les frappes dans le dos avec le dessus de pied ou le tibia (mawashi gueli) - les coups dans les membres inférieurs - les étranglements - les extensions, flexions, torsions des articulations - les écrasements musculaires - les immobilisations - les coups de genou autres que ceux interdits
Sont interdits	- les atémis derrière la tête et la nuque - les atémis au niveau du dos à l'exception de ceux comptabilisés - les atémis portés dans les parties génitales - les frappes avec la paume des mains ou les doigts - les coups de genou, de coude et de tête portés à la tête de l'adversaire - les coups portés sans contrôle ni recherche technique - les atémis et coups portés sur son opposant lorsqu'il est au sol (un compétiteur est considéré à terre dès qu'il pose un genou au sol) - la saisie du cou et de la tête avec un ou deux bras entraînant une torsion de la tête - les projections de l'adversaire sur la nuque - la mise hors combat de l'adversaire par un coup interdit - les coups frontaux dans les genoux type yoko ou mae geli

B. Full

Cette épreuve est ouverte aux Championnats de France et Coupe de France et régional à la catégorie seniors et U21. Elle permet l'utilisation des frappes, des projections, des immobilisations, des clés au sol et des étranglements. Les touches doivent être conformes aux critères de notation en vigueur et réalisées dans le respect des règles fixées par ce règlement.

Objectifs :

- recherche d'efficacité technique et tactique
- résistance physique et renforcement mental
- équilibre entre puissance et vitesse
- contrôle des émotions.

Durée :

- 2 reprises de 3 mn / 1 mn de récupération.
- une 3^{ème} reprise aura lieu en cas d'égalité de points
- en cas d'égalité à l'issue des 3 reprises, la décision est prise par « hanteï » à la majorité des arbitres.

Déroulement :

A l'appel de leur nom, les deux compétiteurs se présentent sur l'aire de compétition pour effectuer le salut avec le corps arbitral. Le compétiteur situé à droite vu de la table d'arbitrage est considéré comme AKA (côté rouge), l'autre comme AO (côté bleu).

A la fin de leur round, l'arbitre annonce « Yame » et, après avoir salué, les combattants se mettent sur la ligne d'attente debout pour la décision des arbitres. Les points sont comptabilisés et le vainqueur de la manche est désigné.

Chaque round peut être gagné par cumul de points ou par mise hors combat.

A la fin des combats, le cumul des points de l'ensemble des manches est effectué par le corps arbitral et la décision finale est donnée.

La victoire revient au combattant qui emporte le plus de points.

Arbitrage

Pour la décision, les arbitres utilisent des palettes ou fanions désignant AKA ou AO par 1, 2 ou 3 points.

Une mise hors combat réglementaire entraîne un cumul de points maximum pour la manche (9 points).

Vigilance médicale

Le compétiteur a le droit à 3 saignements maximum par reprise, sauf décision du médecin d'arrêter le combat avant. L'intervention du médecin est autorisée pendant la minute de repos, cette minute de repos peut être prolongée en cas de nécessité par le médecin dans la limite de 3 minutes au total.

La disqualification

La disqualification peut être prononcée par le corps arbitral directement ou à la suite d'un ou plusieurs avertissements.

Sont autorisés et pris en compte pour la décision	- les atémis au visage (face ou côté du visage protégé par le casque) à l'exception des coups de genou, coude, et tête - les atémis au corps et aux jambes (cuisse) - les projections - les frappes dans le dos avec le dessus de pied ou le tibia (mawashi gueli) - les coups dans les membres inférieurs - les étranglements - l'extension de coude Juji-gatamé - les immobilisations : 5 secondes
Sont interdits	- les écrasements musculaires - les clés de chevilles et poignets - les torsion de l'épaule - les extensions de genou et de hanche - les atémis derrière la tête et la nuque - les atémis au niveau du dos à l'exception de ceux comptabilisés - les atémis portés dans les parties génitales - les frappes avec la paume des mains ou les doigts - les coups de genou, de coude et de tête portés à la tête de l'adversaire - les coups portés sans contrôle ni recherche technique - les atémis et coups portés sur son opposant lorsqu'il est au sol (un compétiteur est considéré à terre dès qu'il pose un genou au sol) - la saisie du cou et de la tête avec un ou deux bras entraînant une torsion de la tête - les extensions (arrière) de la nuque - les projections de l'adversaire sur la nuque - la mise hors combat de l'adversaire par un coup interdit. - les coups frontaux dans les genoux type yoko ou mae geli

C. Light

Cette épreuve est ouverte au Championnat de France aux catégories pupilles, benjamins, minimes, cadets, juniors, seniors et vétérans. Elle permet l'utilisation des touches, des projections, des immobilisations, des clés au sol et des étranglements. Les touches doivent être conformes aux critères de notation en vigueur et réalisées dans le respect des règles fixées par ce règlement.

Objectifs :

- recherche technique et tactique
- résistance physique et renforcement mental
- équilibre entre vitesse, précision et contrôle
- contrôle des émotions.

Durée :

- Pupilles et benjamins : 2 reprises de 1mn / 1 min de récupération.
- Minimes et cadets : 2 reprises de 1,15 mn avec / 1mn de récupération.
- Juniors : 2 reprises de 1,30 mn / 1 mn de récupération.
- Seniors et vétérans : 2 reprises de 2 mn / 1 mn de récupération.

Déroulement :

A l'appel de leur nom, les deux compétiteurs se présentent sur l'aire de compétition pour effectuer le salut avec le corps arbitral. Le compétiteur situé à droite vu de la table d'arbitrage est considéré comme AKA (côté rouge), l'autre comme AO (côté bleu).

A la fin de leur reprise, l'arbitre annonce « Yame » et après avoir salué, les combattants se mettent sur la ligne d'attente debout pour la décision des arbitres.

Les points sont comptabilisés et le vainqueur de la manche est désigné.

Chaque reprise peut être gagnée par cumul de points ou par mise hors combat.

A la fin des combats, le cumul des points de l'ensemble des manches est effectué par le corps arbitral et la décision finale est donnée.

La victoire revient au combattant qui emporte le plus de points.

Sanctions : l'arrêt de la reprise pour non-respect des règles du combat light (tchoui x 3 dans la même reprise) entraîne la perte de la reprise 6-0.

En cas d'égalité à la suite des deux reprises :

- pour les catégories de pupilles à juniors, une décision sera donnée par « hanteï » à la majorité des arbitres.
- pour les seniors, une 3ème reprise aura lieu. En cas d'égalité à la fin des trois reprises, une décision sera donnée par « hanteï » à la majorité des arbitres.

Arbitrage

Pour la décision, les arbitres utilisent des palettes ou fanions désignant AKA ou AO par 1, 2 ou 3 points.

Vigilance médicale

Le compétiteur a le droit à 3 saignements maximum par reprise, sauf décision du médecin d'arrêter le combat avant. L'intervention du médecin est autorisée pendant la minute de repos, cette minute de repos peut être prolongée en cas de nécessité par le médecin dans la limite de 3 minutes au total.

La disqualification

La disqualification peut être prononcée par le corps arbitral directement ou à la suite d'un ou plusieurs avertissements.

Sude Jiaï Pupilles et Benjamins

Sont autorisés et pris	- les touches au visage (face ou côté du visage protégé par le casque) - les touches dans le dos avec le dessus du pied ou le tibia (mawashi gueli) - les touches contrôlées : toucher ramener sans écraser - Les touches portées sur toute la superficie du plastron
	- les coups bloqués - les attaques déviées - les attaques simultanées
Sont interdits	- les coups de pieds dans les membres inférieurs - les atémis portés dans le dos à l'exception de ceux comptabilisés - les atémis derrière la tête ou dans la nuque - les coups de genou, coude et tête - les atémis portés dans les parties génitales - tous les coups portés sans contrôle ni recherche technique, les frappes - tous les atémis portés sur son opposant lorsqu'il est au sol - la saisie du cou et de la tête avec un ou deux bras entraînant une torsion de la tête ou une extension (arrière) de la nuque - les clefs, extensions, flexions et torsions des membres et articulations - les écrasements musculaires - tous les coups portés sur son opposant quand il est au sol (un compétiteur est considéré à terre dès qu'il pose un genou au sol). - les projections et immobilisations.

Sude Jiaǎ Minimes

Sont autorisés et pris en compte pour la décision finale	- les touches portées sur toute la superficie du plastron (sauf dans le dos) - les touches dans le dos avec le dessus du pied ou le tibia (mawashi gueli) - les projections - les touches à la tête contrôlées : toucher ramener sans écraser (sauf derrière la tête) - les immobilisations : 5 secondes
Ne sont pas comptabilisés	- les coups bloqués - les attaques déviées - les attaques simultanées
Sont interdits	- les coups de pieds dans les membres inférieurs - les atémis portés dans le dos à l'exception de ceux comptabilisés - les atémis derrière la tête ou dans la nuque - les atémis portés dans les parties génitales - tous les coups portés sans contrôle ni recherche technique, les frappes - tous les atémis portés sur son opposant lorsqu'il est au sol - les projections de l'adversaire sur la nuque - la saisie du cou ou de la tête avec les deux bras ou avec un seul bras entraînant une torsion de la tête ou une extension (arrière) de la nuque - les clefs, extensions, flexions et torsions des membres et articulations - les écrasements musculaires - tous les coups portés sur son opposant quand il est au sol (un compétiteur est considéré à terre dès qu'il pose un genou au sol).

Sude Jiaï Cadets, Juniors, Séniors Light et Vétérans

Sont autorisés et pris en compte pour la décision finale	- les touches au visage (face ou côté du visage protégé par le casque) - les touches portées sur toute la superficie du plastron (sauf dans le dos) - les touches dans le dos avec le dessus du pied ou le tibia (mawashi gueli) - les coups de pieds dans les tibias uniquement de face (mi-tibia vers le bas) - les projections - les immobilisations : 5 secondes - les coups de pieds dans les membres inférieurs cuisses (sauf genoux) - les coups de genou au corps et dans les cuisses - les étranglements - les extensions du coude type Juji gatamé
Ne sont pas comptabilisés	- les coups bloqués - les attaques déviées - les attaques simultanées
Sont interdits	- les atémis derrière la tête - les atémis au niveau du dos (sauf mawashi gueli avec le dessus du pied ou le tibia) - tous les coups portés aux genoux et dans les parties génitales - les coups de genou ou de coude portés à la tête - tous les coups portés sans contrôle ni recherche technique, les frappes - tous les atémis et coups portés sur son opposant lorsqu'il est au sol (un compétiteur est considéré à terre dès qu'il pose un genou au sol) - les projections de l'adversaire sur la nuque - la saisie du cou et de la tête avec un ou deux bras entraînant une torsion de la tête ou une extension (arrière) de la nuque - les clefs, extensions, flexions et torsions des membres inférieurs - les écrasements musculaires.

II. Emono Jiaï (Combat bâtons)

Cette épreuve s'effectue par catégories d'âge et de poids. Elle est ouverte aux Championnats de France aux catégories pupilles, benjamins, minimes, cadets, juniors, séniors, U21 et vétérans. Elle permet l'utilisation de bâtons en mousse (kombo, tambo ou tchobo) et des projections (sauf pupilles et benjamins) en garde libre. Les touches et projections doivent être conformes aux critères de notation en vigueur et dans le respect des règles fixées par ce règlement.

Lorsque les compétiteurs s'affrontent en poule de 3, la poule se déroulera avec la même arme. Le choix de l'arme est déterminé par tirage au sort.

Objectifs :

- Touches conformes,
- Recherche de netteté, distance, vitesse, tactique,
- Appréhender les distances, le timing,
- Adaptation.

Durée et catégorie de bâtons :

- Pupille : 2 reprises de 45 s au Kombo / Repos 30 s
- Benjamin : 2 reprises de 45 s au Kombo et Tambo à 2 mains / Repos 30 s / changement d'armes à chaque tour, jusqu'en finale. En finale : tambo contre tambo (à deux mains)
- Minime et Cadet : 2 reprises de 45 s / au tambo à une main et tchobo / Repos : 30 s / changement d'armes à chaque tour, jusqu'en finale. En finale : tchobo / tchobo
- Junior, sénior, U21 et vétérans: 2 reprises de 1mn / Repos : 30 s. au tambo à une main et tchobo / Repos : 30 s / changement d'armes à chaque tour, jusqu'en finale. En finale : tchobo / tchobo

Touches sur un compétiteur désarmé : si le compétiteur perd son bâton, son adversaire a 3 secondes pour le toucher sauf arrêt de l'arbitre. Au-delà de 3 secondes, la touche ne sera pas comptabilisée.

Décision

Le compétiteur sera déclaré vainqueur :

- Par cumul de points des deux reprises
- Par projection non contrée (ippon) dans les catégories où le ippon est autorisé
- En cas d'égalité, les compétiteurs sont départagés sur la 1ere touche gagnante (assaut décisif)

EMONO JIAI

Sont autorisés et pris en compte pour la décision finale	- les techniques de bâtons sur tout le corps - les projections (sauf pupilles et benjamins)
Sont autorisés mais non comptabilisés	- les touches à une main (tambo pour les benjamins et tchobo pour les catégories supérieures) - les coups bloqués, les attaques déviées, les attaques simultanées
Sont interdits	- les atémis - les coups portés sans contrôle ni recherche technique - l'utilisation des clés, luxations, flexions et torsions des membres et articulations. - la saisie du cou avec un bras qui entraîne une torsion de la tête - les piques

III. Multidiscipline

A. Multidiscipline full

Cette épreuve est ouverte à la catégorie des seniors et U21 et est limitée au compétiteur remplissant les critères de sélections (identiques à ceux de la Classe Full Sude Jiaï, v. ci-dessus). Les touches doivent être conformes aux critères de notation en vigueur et dans le respect des règles fixées par ce règlement. Elle suppose l'utilisation des gants ouverts en Emono et des gants fermés en Sude.

Cette compétition se déroule en plusieurs épreuves consécutives.

- **1ère épreuve : Emono Jiaï (combat bâtons)**

Elle permet l'utilisation de bâtons mousses, des atémis et des projections.

Changement d'armes à chaque tour, jusqu'en finale. En finale : tchobo / tchobo

Durée : 1 reprise de 1 mn

La reprise sera arrêtée avant la fin du temps réglementaire (1 mn) si un des compétiteurs rentre une projection non contrée (ippon).

Décision

Le compétiteur sera déclaré vainqueur de l'épreuve :

- Par cumul de points
- Par projection non contrée (ippon)

- **2ème épreuve : Sude Jiaï Full et U21 (combat pied poing)**

Cette épreuve permet l'utilisation des frappes, des projections, des immobilisations, des clés au sol type Juji-gatamé et des étranglements.

Durée : 1 reprise de 3 minutes.

- **3ème épreuve : Kombo/ Kombo**

Cette épreuve a lieu en cas d'égalité à l'issue des deux premières. Elle permet l'utilisation des bâtons, atémis (Pied Poing) et des projections.

Durée : une reprise de 1 minute.

- **En cas d'égalité au terme de tous les ateliers**

KOMBO/KOMBO. Cette épreuve permet l'utilisation des bâtons, atémis (Pied Poing) et des projections. Le premier qui touche gagne (action décisive).

Généralités :

- Pas de temps de repos entre les deux premières épreuves (Emono landoli/sude Jiaï).
- Un temps de repos d'une minute est accordé en cas de troisième épreuve.

B. Multidiscipline light et vétérans

Cette épreuve s'effectue par catégories d'âge et de poids. Elle est ouverte aux catégories pupilles, benjamins, minimes, cadets, juniors, seniors et vétérans. Les touches doivent être conformes aux critères de notation en vigueur et dans le respect des règles fixées par ce règlement. Elle autorise l'utilisation des gants ouverts pour les deux ateliers.

Cette compétition se déroule en plusieurs épreuves consécutives.

- **1ère épreuve : Emono Jiaï (combat bâtons)**

Cette épreuve permet l'utilisation de bâtons en mousses et des projections (à partir de minimales)

Durée et catégorie de bâtons :

- Pupilles : 1 reprise de 45 secondes au Kombo
- Benjamin : 1 reprise de 45 secondes au kombo et tambo à deux mains / changement d'armes à chaque tour, jusqu'en finale (tambo contre tambo à deux mains)
- Minimale et cadet : 1 reprise de 45 secondes au tambo à une main et tchobo / changement d'armes à chaque tour, jusqu'en finale (tchobo contre tchobo). La reprise sera arrêtée avant la fin du temps réglementaire (45s) si un des compétiteurs rentre une projection non contrée (ippon).
- Junior et sénior : 1 reprise d'1 mn / mêmes armes que dans la catégorie minimale et cadet. La reprise sera arrêtée avant la fin du temps réglementaire si un des compétiteurs rentre une projection non contrée (ippon).

Décision

Le compétiteur sera déclaré vainqueur de l'épreuve :

- Par cumul de points
- Par projection non contrée (ippon), à partir de minimales.

- **2ème épreuve : Sude Jiaï Light (combat pied poing)**

Cette épreuve permet l'utilisation :

- des atémis pour les pupilles et les benjamins.
- des atémis, des projections pour les minimales.
- des atémis, des projections, des immobilisations, des clés type Juji-gatame et des étranglements pour les cadets, juniors, séniors et vétérans.

Durée :

- Pupilles et benjamins : 1 reprise de 1 mn
- Minimales et cadets : 1 reprise de 1mn 15
- Juniors : 1 reprise de 1mn 30
- Séniors et vétérans : 1 reprise de 2 mn

- **3ème épreuve (en cas d'égalité)**

Pupilles et Benjamins : Ne waza (combat au sol). Face à face à genou, 1 mètre séparant les adversaires

L'objectif est d'immobiliser l'adversaire via le panel technique du Yoseikan Budo. Toutes les immobilisations sont comptabilisées. Une immobilisation est une posture dans laquelle l'adversaire est en position désavantageuse, sans avoir la possibilité de se défaire de cette posture. Un amener au sol suivi d'une immobilisation de 5 secondes est comptabilisé par un ippon.

Durée : 1 mn

En cas d'égalité, assaut décisif sur le premier point marqué (amener au sol ou immobilisation).

Minimales, Cadets, Juniors, Séniors et Vétérans : Emono sude landoli Kombo/Kombo

- Pour les vétérans, seniors, juniors, cadets et minimales, cette épreuve permet l'utilisation des bâtons en mousse, des atémis et des projections
- Pour les benjamins et pupilles, cette épreuve permet l'utilisation de bâtons en mousse.

Durée : 1 mn

En cas d'égalité au terme de cette troisième épreuve : Kombo/Kombo (garde libre). Le premier qui touche gagne (action décisive).

Généralités :

- Pas de temps de repos entre les deux premières épreuves (Emono landoli/sude Jiai).
- Un temps de repos d'une minute est accordé en cas de troisième épreuve.

IV. Epreuves de katas

Ces épreuves se déroulent individuellement dans les catégories d'âge.

Elles sont présentes en Coupe de France.

Les compétiteurs s'expriment à tour de rôle à travers la réalisation d'un kata à mains nues.

Objectifs

- Recherche de la puissance.
- Recherche de la maîtrise de soi (mentale et physique).
- Recherche du rythme et de l'harmonie.

Déroulement

A l'appel de leur nom, les deux compétiteurs se présentent sur l'aire de compétition pour effectuer le salut avec le corps arbitral.

L'arbitre central appelle AKA qui se place sur la ligne de départ. Le compétiteur AO se retire de l'aire de compétition et se place sur la ligne d'attente prévue à cet effet.

L'arbitre et le compétiteur se saluent. Après avoir annoncé le début de la prestation (hadjime), l'arbitre recule et s'assoit devant la table.

A la fin de la prestation kata, l'arbitre annonce « Yame » et après avoir salué, le compétiteur AKA se remet sur la ligne d'attente. Vient ensuite la prestation kata du compétiteur AO.

A la fin des passages, les deux compétiteurs se placent sur la bande d'attente et les arbitres donnent leur décision par hantēi.

Les compétiteurs effectuent à chaque tour un kata) mains nues, au choix selon la liste ci- dessous :

- Les katas happoken shodan, nidan et sandan sont effectués des deux côtés.
- Les katas happoken yodan et godan sont effectués uniquement d'un seul côté.
- Hashakuken shodan est démontré dans sa globalité.

Les éliminatoires s'effectuent sur les katas suivants : happoken nidan et happoken sandan. Les demi-finales et la finale s'effectuent sur les katas suivants: happoken nidan, sandan, yodan, godan, hashakuken shodan, nidan, sandan, au choix.

Arbitrage

Pour la décision, les arbitres utilisent des palettes ou fanions désignant AKA ou AO vainqueur (pas d'égalité possible). La victoire revient à celui ou celle qui emporte au moins 2 votes sur 3 en sa faveur.

Critères d'appréciation :

- Concentration, kimé, zenshin (niveau de difficulté) /4
- Puissance, vitesse /4
- Rythme (logique), /4
- Harmonie, esthétique /4
- Gestuelle correcte : forme générale, précision, direction /4

Pénalités (- 2 points sur le jugement) :

- Kata présenté ne correspondant pas à la liste. Le Kata est alors arrêté.
- Kata présenté non correspondant à l'annonce.

V. Concours technique

Cette compétition se déroule par couples : féminins, masculins ou mixtes.

L'inscription est ouverte à une équipe par catégorie par club.

La différence d'âge autorisée au sein du couple est d'un an maximum (autorisant un surclassement de catégorie si nécessaire).

Le couple est inscrit dans la catégorie du combattant le plus âgé.

Exemples :

- si le couple est composé d'un pupille 1ère année et d'un pupille 2ème année, le couple s'inscrit en catégorie Pupille

- si le couple est composé d'un Pupille 2ème année avec un benjamin 1ère année, le couple s'inscrit en catégorie Benjamin.

Le couple s'exprime en alternance à travers un échange technique. Celui-ci comprend des techniques de poings, de pieds, de projections et divers enchaînements de prises et contre-prises.

La prestation doit s'effectuer dans un esprit d'entraide. Les notions de contrôle et de respect du partenaire sont prépondérantes. Néanmoins, les techniques devront être réalisées avec précision, réalisme et logique. Il ne s'agit pas d'effectuer une démonstration mais plutôt de rechercher à valoriser sa pratique au travers d'une expression technique vivante.

Objectifs

- Recherche de l'esprit d'initiative,
- Recherche de la distance et du timing,
- Recherche des mouvements logiques, efficaces et contrôlés,
- Technicité : utilisation de toutes les techniques de clefs, projections, étranglements, poings, pieds, enchaînements et contre prises.

Durée

1 mn pour chaque prestation : le compteur se déclenche lorsque l'arbitre central annonce « hadjime » ; la fin du combat sera signalée par deux coups de gong.

Déroulement

A l'appel de leur nom, les deux combattants se présentent sur l'aire de compétition pour effectuer le salut avec le corps arbitral.

L'arbitre central appelle le premier couple AKA qui se place face à face sur l'aire de compétition. Le couple AO se retire de l'aire de compétition et se place sur la ligne d'attente prévue à cet effet.

L'arbitre et les combattants se saluent. Après avoir annoncé le début de la prestation (HADJIME), l'arbitre recule et s'assoit devant la table.

A la fin de leur prestation, l'arbitre annonce « Yame » et après avoir salué, le couple AKA se remet sur la ligne d'attente.

Vient ensuite la prestation du couple AO.

A la fin des passages, les deux couples se placent sur la bande d'attente et les arbitres donnent leur décision (hanteï).

Arbitrage

Pour la décision, les arbitres utilisent des palettes ou fanions désignant AKA ou AO vainqueur (pas d'égalité possible). La victoire revient au couple qui emporte au moins 2 votes sur 3 en sa faveur.

LES ÉPREUVES PAR ÉQUIPES DE SÉNIORS À PUPILLES

I. Emono Jiaï par équipes (combat bâtons)

Emono Jiaï par équipe ou Emono Dan-Taï Sen.

Cette compétition se déroule par équipe de trois et un remplaçant : féminins, masculins ou mixtes. Elle permet l'utilisation des bâtons mousse uniquement avec touche (1 tambo, 2 tambos ou 1 tchobo). Elle est ouverte aux Championnats de France minimes, cadets, juniors, séniors, U21 et vétérans. Les touches doivent être conformes selon les critères de notation en vigueur et réalisées dans le respect des règles fixées dans ce règlement.

Durée

Une manche dure 3 minutes. Si une équipe totalise 15 points (21 points en finale) avant la fin du temps réglementaire, elle remporte la manche. Un point d'écart donne la victoire.

Déroulement

Le combat se déroule en une seule manche pendant laquelle deux équipes se rencontrent sous forme de relais où chaque compétiteur qui a été touché ou est sorti de l'aire est remplacé par le suivant sans temps mort et ainsi de suite jusqu'à la fin du temps réglementaire ou des 15 points (21 points en finale).

Les 2 équipes se présentent dès leur appel pour le salut officiel (sans casque). Dans l'équipe, chaque compétiteur choisit un bâton différent. Le changement de bâtons est obligatoire à chaque sortie de l'aire de combat.

Après le salut, les équipes se placent dans leur zone d'attente à l'extérieur de l'aire de compétition.

Le 1er compétiteur de chaque équipe se présente sur la ligne de départ, les autres sont en attente, prêts à prendre le relais du compétiteur sortant.

L'arbitre central démarre l'assaut selon la procédure habituelle. Les compétiteurs s'affrontent à la touche (les enchaînements aux bâtons sont possibles selon le règlement en vigueur).

Lorsqu'un compétiteur est touché, il sort immédiatement de l'aire de combat et cède sa place au compétiteur suivant de son équipe et change d'arme.

Le compétiteur restant dans l'aire de combat doit laisser l'espace suffisant pour permettre au combattant suivant de rentrer et ne doit pas franchir la surface intérieure de l'aire.

Un compétiteur peut rester sur le tapis jusqu'à un total de 3 victoires consécutives maximum marquées sans défaite. Ensuite, il laisse sa place au compétiteur suivant de son équipe.

En cas de touches simultanées, les 2 combattants sortent et sont remplacés.

A l'issue du temps réglementaire ou des 15 points marqués (21 points en finale), l'arbitre central arrête le combat. Les équipes se placent sur la ligne de départ et l'arbitre donne la décision.

Remplacement

Le remplaçant peut remplacer un combattant sur blessure pendant le combat. Le remplacement peut s'opérer à chaque combat. L'équipe combattante reste obligatoirement constituée de trois combattants. A défaut, elle est déclarée perdante.

Sont autorisés et pris en compte pour la décision finale	- les techniques de bâtons sur tout le corps et les sorties de tapis non provoquées
Sont autorisés mais non comptabilisés	- les touches à une main au tchobo - les coups bloqués, les attaques déviées, les attaques simultanées
Sont interdits	- les atémis - les projections (préserver l'intégrité physique des combattants membre de l'équipe qui peuvent être de sexe et de poids différents) - les piques - les coups portés sans contrôle ni recherche technique - l'utilisation des clés, luxations, flexions et torsions des membres et articulations - la saisie du cou et de la tête avec un ou deux bras entraînant une torsion de la tête

II. Multidiscipline par équipes

Cette compétition se déroule par équipe et un remplaçant (féminines, masculines ou mixtes). L'équipe se compose de 3 participants minimum et de 6 participants maximum (un large choix pour les participants : soit 3 combattants polyvalents sur toutes les épreuves, soit 6 participants chacun spécialisé dans un atelier).

Les équipes sont placées sur le tableau par tirage au sort. Le tableau est conçu de manière à ce que deux athlètes d'une même région ne se rencontrent pas au premier tour.

- **1ère épreuve : Emono Dan tai Sen**

Cette épreuve se déroule par équipe de trois. Elle permet l'utilisation des bâtons en mousse uniquement avec touche (1 tambo, 2 tambos ou 1 tchobo).

Durée : 3 mn

- **2ème épreuve : Kyoe landoli (concours technique).**

Cette épreuve se déroule par couples : féminins, masculins ou mixtes. Le couple s'exprime en alternance à travers un échange technique. Celui-ci comprend des techniques de poings, de pieds, de projections, de clés, d'étranglements et divers enchaînements de prises et contre prises.

Durée : 1 mn

Le compteur se déclenche lorsque l'arbitre central annonce « hadjime ». La fin du combat sera signalée par deux coups de gong.

- **3ème épreuve : Kata**

Se référer à la réglementation du Kata (V. ci-dessus).

LES POINTS DE SÉNIORS À PUPILLES

- **Sude Jiaï classe Profight**

2 comptages dans la même reprise	Combat gagné
Mise hors combat par soumission	4 points
Projection (côté, dos, face) franche sur un temps	4 pts
Coup de pied à la tête, amener au sol, passage de garde au sol	2 pts
Technique de percussion autorisée sur les autres parties du corps	1 pt

- **Sude Jiaï classe Full et U21**

2 comptages dans la même reprise	Combat gagné
Projection (côté, dos, face) franche sur un temps, étranglement, clé, (extension juji gatamé),	4 pts
Coup de pied à la tête, amener au sol, passage de garde au sol	2 pts
Technique de percussion autorisée sur les autres parties du corps	1 pt

- **Sude Jiaï classe Light et vétérans**

Projection (côté, dos, face) franche sur un temps, étranglement, clé type extension juji gatamé (sauf pupille et benjamin)	4 pts
Coup de pied à la tête, amener au sol, passage de Garde au sol	2 pts
Technique de percussion autorisée sur les autres parties du corps	1 pt

- **Emono Jiaï individuel**

Projection non contrée en individuel IPPON, sauf pupille et benjamin	Combat gagné
Touche conforme avec bâton en mousse (kombo, tambo ou tchobo), atémi au niveau de la tête, du buste, des jambes à l'exception des zones interdites	1 pt

- **Emono Jiaï par équipes**

Touche conforme avec bâton en mousse (kombo, tambo ou tchobo), atémi au niveau de la tête, du buste, des jambes à l'exception des zones interdites.	1 pt
---	-------------

- **Combat au sol Ne waza**

Amener au sol direct et non contré suivi d'une immobilisation de 5 secondes (IPPON)	Combat gagné
Immobilisation de 5 secondes	1 pt

PÉNALITÉS ET SANCTIONS

Sude Jiaï, Emono Jiaï et concours technique

- **HANSUKU / Sanction du 2ème degré**

La sanction entraîne le retrait de 2 points sur le résultat de la rencontre.

Comportements sanctionnés :

- Actes interdits à répétition
- Comportement agressif ou insultes envers toutes personnes (compétiteurs, arbitres, coaches, public, etc.)
- Comportement exposant aux blessures ou mettant en cause la sécurité.
- Simulation de blessures
- Fuite ou action mettant en danger la sécurité du compétiteur (tête haute, menton relevé, tourner le dos à son opposant, se jeter dans les jambes sans action préalable d'esquive et/ou de feinte, etc...).

- **SHIKAKU / Expulsion**

L'expulsion (SHIKAKU) entraîne la disqualification du compétiteur ou du coach pour la durée de l'atelier et, en fonction de la gravité, le compétiteur peut être disqualifié de l'ensemble de la compétition. Elle entraîne le retrait du compétiteur sur le classement général.

Comportements sanctionnés :

- Actes interdits d'une gravité particulière à répétition
- Comportement gravement agressif ou insultes envers toutes personnes (compétiteurs, arbitres, coaches, public, etc.)
- Tenue vestimentaire et équipement non conforme.
- Tricherie
- Mise hors combat de l'adversaire par un acte non contrôlé et/ou volontaire et/ou interdit.

Sanctions spécifiques au Sude Jiaï classe Full, Light, U21 et Vétérans et Multidiscipline

- **JYOGAÏ / Sortie**

Trois sorties de l'aire de compétition avec un pied entier entraînent le retrait d'un point sur le résultat final.

L'arbitre central annonce « JYOGAÏ » (SORTIE), fait rentrer les compétiteurs à l'intérieur de la zone et annonce la couleur de celui qui est sorti.

La sortie de l'aire par les deux compétiteurs lors de la même action n'est pas comptabilisée.

- **TCHUI / Sanction du 1er degré**

La sanction donne à l'adversaire **1 point**

La sanction est signalée par l'arbitre central ou un des juges arbitres.

Comportements sanctionnés :

- Toute technique interdite portée.

- Toute technique autorisée portée dans une zone interdite.
- Attitude incorrecte du coach ou du combattant envers l'adversaire, le corps arbitral ou le public.
- Comportement exposant aux blessures ou mettant en cause la sécurité.
- Fuite ou action mettant en danger la sécurité du compétiteur (tête haute, menton relevé, tourner le dos à son opposant, se jeter dans les jambes sans action préalable esquive, feinte, etc.)
- Simulation d'avoir été touché dans une zone interdite.
- Refus de combat et ou évitement de l'affrontement.
- Commencer avant l'ordre de départ « Hadjime »
- Ne pas s'arrêter après un « Yame ».

En light et vétérans, la reprise est interrompue après le 3^{ème} tchui pour contact excessif et non-respect des règles du combat light.

- **Comptage pendant une reprise**

Toute tentative de perte de temps sera sanctionnée d'un comptage. Un comptage ne permet pas de remporter la reprise.

Sanctions spécifiques : Emono Jiaï individuel et par équipes et Multidiscipline Emono Jiaï

- **JYOGAÏ / Sortie**

Comportement sanctionné dès lors qu'un pied entier sort de la zone ou, lors d'une chute, qu'une partie du corps d'un combattant touche le sol en dehors des limites de l'aire de combat.

L'arbitre central annonce « JYOGAÏ » (SORTIE), fait rentrer les compétiteurs à l'intérieur du carré rouge et annonce la couleur de celui qui est sorti. Il annonce ensuite le point accompagné du geste de la main

Pas de cumuls de points : il faut privilégier l'action technique sur le jyogaï. Sinon, on attribue un point au compétiteur resté sur l'aire de combat.

La sortie de l'aire par les deux compétiteurs lors de la même action n'est pas comptabilisée.

- **TCHUI / Sanction du 1er degré**

La sanction donne à l'adversaire 1 point.

Comportements sanctionnés :

- Toute technique interdite portée aux bâtons
- Toute technique autorisée portée dans une zone interdite
- Commencer avant l'ordre de départ « HADJIME »
- Continuer volontairement une action malgré l'arrêt de l'arbitre
- Non changement de l'arme (Emono Jiaï par équipe)
- Manque de recherche technique
- Attaques simultanées à répétition.
- Refus de combat et évitement de l'affrontement

LES COMPÉTITIONS MINI-POUSSINS ET POUSSINS

I. Emono Jiaï

Objectif : toucher sans être touché

Déroulement

- Kombo contre Kombo
- Position : Face à face en garde

Décision

- 1 point attribué à chaque touche conforme
- Victoire de l'atelier : Total des points cumulés
- En cas d'égalité : Assaut décisif (la victoire sera attribuée à celui qui touchera son adversaire en premier. Sans limite de temps).

Durée : 2 reprises de 30 s

Equipement

- Kimono de Yoseikan Budo complet
- Gants ouverts ou fermés de Yoseikan Budo
- Casque blanc avec grille.



II. Ne waza/ Sude Jiaï

A. Ne waza Mini-Poussins

Objectif : Utiliser le panel technique Yoseikan Budo

Déroulement :

- Position de départ : assis au sol dos à dos
- Position en combat : toujours en appui au sol sur les genoux

Décision :

- 1 point attribué pour action de déséquilibre
- 1 point si maintien au sol plus de 3 secondes (maintien sur le dos ou ventre ou côté)
- Victoire de l'atelier : Total des points cumulés
- En cas d'égalité : assaut décisif (la victoire est donnée à celui qui déséquilibre son adversaire en premier. Sans limite de temps).

Durée : 1 mn

Equipement :

- Kimono de Yoseikan Budo complet
- Coquille conseillée pour les garçons

B. Sude Jiaï Poussins

Objectifs

- recherche technique et tactique
- équilibre entre précision, vitesse et contrôle
- contrôle des émotions

Déroulement

- position : Face à face en garde
- pieds poings

Décision

- 1 point attribué à chaque atémi conforme au plastron
- victoire de l'atelier : total des points cumulés
- en cas d'égalité : la victoire sera donnée à AO ou AKA sur décision du corps arbitral (second hanteï avec décision).

-

Durée : 1 mn

Equipement

- kimono de Yoseikan Budo complet
- coquille pour les garçons
- casque blanc avec grille
- gants ouverts ou fermés Yoseikan Budo
- protège-dents conseillé

III. Multidiscipline

A. Multidiscipline mini-poussins

• 1er Atelier Emono Jiaï (Combat Bâtons)

Objectif : Toucher sans être touché

Déroulement

- Kombo contre Kombo (Garde libre)
- Position : Face à face en garde Décision :

Décision

- 1 point attribué à chaque touche conforme
- Victoire de l'atelier : Total des points cumulés

Equipement

- Kimono de Yoseikan Budo complet
- Gants ouverts ou fermés de Yoseikan Budo
- Casque blanc avec grille

Sont comptabilisés	- Atémis au ventre
Sont interdits	- Atémis au visage - Atémis dans les membres inférieurs - Les coups portés sans contrôle ni recherche technique

- **2ème Atelier Ne Waza**

Objectifs :

- Utiliser le panel technique Yoseikan Budo
- Déséquilibrer l'adversaire

Déroulement :

- Position de départ : assis au sol dos à dos
- Position en combat : en appui au sol sur les genoux

Décision :

- 1 point attribué pour action de déséquilibre
- 1 point si maintien au sol plus de 3 secondes (*Maintien sur le dos ou ventre ou côté*)
- victoire de l'atelier : total des points cumulés
- en cas d'égalité : assaut décisif (la victoire est donnée à celui qui déséquilibre son adversaire le premier. Sans limite de temps).

Durée : 1 mn

Equipement :

- Kimono de Yoseikan Budo complet
- Coquille conseillée pour les garçons

B. Multidiscipline Poussins

- **1er Atelier Emono Jiaï**

Objectifs : Toucher sans être touché

Déroulement

- Kombo contre Kombo (Garde libre)
- Position : Face à face en garde

Décision :

- 1 point attribué à chaque touche conforme
- Victoire de l'atelier : Total des points cumulés

Temps de Repos / Durée : 30s (entre les deux ateliers)

Equipement :

- Kimono de Yoseikan Budo complet
- Gants ouverts ou fermés de Yoseikan Budo
- Casque blanc avec grille

- **2ème Atelier Sude Jiaï**

Objectifs

- Recherche technique et tactique
- Équilibre entre précision, vitesse et contrôle
- Contrôle des émotions

Déroulement

- Pieds Poings
- Position : Face à face en garde

Décision

- 1 point attribué à chaque atémi conforme au plastron
- Victoire de l'atelier : Total des points cumulés
- En cas d'égalité : la victoire sera donnée à AO ou AKA sur décision du corps arbitral (second hantei avec décision).

Durée : 1 mn

Equipement

- Kimono Yoseikan Budo complet
- Coquille pour les garçons
- Casque blanc avec grille
- Plastron réversible
- Gants ouverts ou fermés Yoseikan Budo
- Protège-dents conseillé

Sont comptabilisés	- Atémis au ventre
Sont interdits	- Atémis au visage - Atémis dans les membres inférieurs - Coups portés sans contrôle ni recherche technique

- **3ème Atelier Ne waza : en cas d'égalité à l'issue des deux premiers ateliers**

Objectifs

- Déséquilibre
- Échange de valeurs techniques

Déroulement

- Position de départ : Face à face à genoux - 2 mains sur épaules adversaire - 1 m de distance
- Position en combat : toujours en appui au sol sur les genoux

Décision

- 1 point attribué pour action de déséquilibre
- 1 point si maintien au sol plus de 5 secondes (*Côté ou dos*) *NB : Pas d'IPPON*
- Victoire de l'atelier : Décision du corps arbitral

Durée : 1 mn

Equipement

- Sans gant
- Sans casque

IV. **Les points : mini-poussins et poussins**

- Emono Jiaï individuel

Chaque touche conforme	1 pt
------------------------	------

- Sude Jiaï

Chaque atémi conforme au plastron	1 pt
-----------------------------------	------

- Ne Waza

Maintien au sol + de 5 secondes (<i>Côté ou dos</i>)	1 pt
--	------

Action de déséquilibre	1 pt
------------------------	------

ANNEXES

ANNEXE 1

Certificat médical en vue d'une participation à une compétition avec KO autorisé.



FICHE DE CONSULTATION DE NON CONTRE INDICATION

Pour les compétitions de combats avec KO autorisé

(Combat pouvant prendre fin, notamment ou exclusivement, lorsqu'à la suite d'un coup porté l'un des adversaires se trouve dans un état le rendant incapable de se défendre et pouvant aller jusqu'à l'inconscience)

Ce certificat peut être établi par tout médecin titulaire du diplôme français de docteur en médecine.

Cher confrère,

Vous êtes amené à examiner un sportif qui désire pratiquer un sport de contact dans la catégorie compétition.

L'obtention du certificat médical est la conclusion d'un examen médical réalisé selon des règles de bonne pratique, validées par les sociétés savantes. Cependant, la commission médicale fédérale de la FFK rappelle que l'examen médical permettant de délivrer ce certificat :

- Engage la responsabilité du médecin signataire de ce certificat (article R.4127-69 du code de la santé publique [article 69 du code de déontologie]), seul juge de la nécessité d'éventuels examens complémentaires et seul responsable de l'obligation de moyen,
- Ne doit jamais être pratiqué à l'improviste, sur le terrain ou dans les vestiaires avant une compétition, un tel certificat médical dit de complaisance est donc formellement prohibé (article R.4127-28 du code de la santé publique [article 28 du code de déontologie]).

Cette activité sportive nécessite :

- Un **certificat médical de non contre-indication** à la pratique des sports de combats avec KO autorisé, valable 1 an,
- Un examen clinique comportant un **électrocardiogramme de repos** (avec interprétation), valable 3 ans,
- Un **examen ophtalmologique** : acuité visuelle, champ visuel, tonus oculaire et fond d'œil, valable 3 ans.

Il relève de votre seule décision de déterminer les examens complémentaires qu'il vous paraîtra utiles de demander pour établir ou non ce certificat.

Contre-indication médicale

On peut retenir en particulier les contre-indications médicales suivantes :

- Hernie pariétale, éventrations,
- Hépatomégalie ou splénomégalie,
- Antécédents de coma ou de lésions cérébrales,
- Troubles de l'équilibre,
- Épilepsie,
- Troubles de la coagulation ou la prise d'un traitement altérant la coagulation,
- Sérologie VIH,
- Ag HBS, Anticorps HCV,
- Myopies supérieures à 3,5 dioptries,
- Chirurgies intra-oculaires et réfractives,
- Amblyopies acuité inférieure à 3/10 avec correction ou 6/10 ODG

Concernant les femmes : contre-indication temporaire pour les femmes enceintes ou qui allaitent.

Contre-indications absolues à la compétition en combat :

- Chirurgie intraoculaire et réfractive
- Kératotomie radiaire,
- Anneaux intra-cornéen,
- Lasik,
- Amblyopie (acuité inférieure à trois dixièmes avec correction)
- Myopie supérieure à 3,5 dioptries correspondant à moins de 1/10ème sans correction ; seul le port de lentilles souples autorisé.

DIRECTION TECHNIQUE NATIONALE
01 41 17 44 40
dtn@ffkarate.fr

 **FFK** 39 Rue Barbès 92120 MONTRouGE
ffkarate.fr

CERTIFICAT MEDICAL DE NON CONTRE-INDICATION
PRATIQUE DE COMPETITION AVEC KO AUTORISE

Je soussigné, Docteur
(en lettres capitales)

Certifie avoir examiné

M./ Mme : NOM Prénom

Né (e) le :

Discipline(s) concernée(s) :

et n'avoir pas constaté, à la date de ce jour, de signes apparents contre indiquant la
pratique de compétition avec KO autorisé.

Fait à :

Le :

Signature et cachet du médecin
(Indiquant lisiblement son nom et adresse)

Nb : Ce certificat médical peut-être indiqué sur le passeport sportif délivré par la FFK

EXAMEN MEDICAL DE NON CONTRE INDICATION

PRATIQUE DE COMPETITION AVEC KO AUTORISE

M./ Mme : NOM Prénom

Né (e) le :

Taille : Poids :

Discipline(s) concernée(s) :

1 Cardio-respiratoire	
Au repos	
Fréquence cardiaque	
Tension artérielle	
Examen clinique	
2 Neurologique	
3 Stomatologique - Denture	
4 ORL	
Acuité auditive	
Perméabilité nasale	
5 Aires ganglionnaires	
6 Abdominal	
7 Génito-urinaire	
8 Dermatologique	
9 Appareil locomoteur	
Rachis	
Membres supérieurs	
Membres inférieurs	
10 Examen cardio-vasculaire	
ECG (avec interprétation) exigé	
11 Observations	

12 Décision médicale (rayer la mention inutile)	
Contre-indication	Non contre-indication

Fait à :

Le :

Signature et cachet du praticien
(Indiquant lisiblement son nom et adresse)

EXAMEN OPHTALMOLOGIQUE SPECIALISE

PRATIQUE DE COMPETITION AVEC KO AUTORISE

Cette fiche doit être établie par un médecin ophtalmologiste.

M./ Mme : NOM Prénom.....

Né (e) le :

Discipline(s) concernée(s) :

Contre-indications absolues :

- Chirurgie intraoculaire et réfractive
 - Kératotomie radiaire,
 - Anneaux intra-cornéen,
 - Lasik,
- Amblyopie (acuité inférieure à trois dixièmes avec correction).
- Myopie supérieure à (3,5) dioptries correspondant à moins de 1/10ème s.c.

ŒIL	Sans correction	Formule corrective	Avec correction
Droit			
Gauche			

Port de lentilles souples autorisé.

1. Acuité visuelle en toutes lettres et sans surcharge en dixièmes et éventuellement avec correction	
2 Champ visuel au doigt	
3 Mobilité oculaire	
4 Milieux transparents	
5 Fond d'œil* après dilatation pupillaire (verre à trois miroirs)	
*Certaines lésions de la périphérie rétinienne peuvent nécessiter que le médecin décide de la contre-indication et/ou prescrire un traitement laser. Un contrôle devra être effectué après le traitement laser.	
6 Anomalie d'ordre pathologique	
12 Décision médicale (rayer la mention inutile)	
Contre-indication	Non contre-indication

Fait à :

Le :

Signature et cachet du praticien
(Indiquant lisiblement son nom et adresse)

ANNEXE 2

Matériel Homologué

Pour éviter toute confusion, l'équipement doit être de la couleur de la ceinture remise au compétiteur par l'arbitre ou de la couleur du plastron. Exemples : le compétiteur AKA doit avoir un casque neutre ou rouge ; le compétiteur AO doit avoir des gants neutres ou bleus.

* Casque à grille

- Sude Jiaï de mini-poussins à benjamins
- Emono Jiaï par équipe et individuel (toutes catégories)
- Multidiscipline pour l'atelier Emono Jiaï
- Multidiscipline pour l'atelier Sude Jiaï de mini-poussins à benjamins



* Casque ouvert

- Multidiscipline Profight, Full, Light, U21 et Vétérans
- Sude Jiaï Profight, Full et Light, Séniors, U21, Vétérans, Juniors, Cadets et Minimes

* Protège poitrine à partir de minimes



* Coquille

- Sude Jiaï classe Profight, Full, Light, U21 et Vétérans
- Emono Jiaï individuel et par équipe
- Multidisciplines



* Protège tibias (avec orteils recouverts)

- Sude Jiaï Profight, Full, Light, U21 et Vétérans
- Emono Jiaï en individuel si projection autorisée
- Multidiscipline en Sude Jiaï et en emono si projection autorisée



* Protège dents

- Sude Jiaï Profight, Full, Light, U21 et Vétérans
- Emono Jiaï en individuel si projection autorisée
- Multidiscipline



* Plastron

- Sude Jiaï pupilles, benjamins.
- Multidiscipline pupilles et benjamins,



* Gants

Gants fermés : Sude Jiaï de mini-poussins à benjamins.



Gants ouverts (le gant doit être adapté à la taille de la main)

- Sude Jiaï de minimes à seniors, U21 et Vétérans
- Emono Jiaï individuel et par équipe et concours technique.



*** Bâtons**

ARMES SPORTIVES

Le Tchobo 105 cm



Le Tambo: 75 cm



Le Kombo: 35 cm



	MANCHE	MOUSSE	TOTAL
TCHOBO	35 cm	70 cm	105 cm
TAMBO	25 cm	50 cm	75 cm
KOMBO	15 cm	20 cm	35 cm

Utilisation : multidisciplinaire, Emono Jiaï individuel et par équipe



YOSEIKAN
BUDO
FFK



SAISON 2026-2027



YOSEIKAN
BUDO
FFK

39, Rue Barbès 92120 MONTROUGE

ffkarate.fr