

REGLEMENT  
DE LA CSDGE

**F.F. KARATÉ**   
et disciplines associées



## TABLE DES MATIERES

<b>CHAPITRE I .....</b>	<b>5</b>
<b>CSDGE : ORGANISATION, DEMEMBREMENTS ET FONCTIONNEMENT .....</b>	<b>5</b>
Article 101 – CONTENU ET MODIFICATION DU REGLEMENT .....	5
Article 102 – ROLE DE LA COMMISSION.....	5
Article 103 – COMPOSITION DE LA COMMISSION .....	6
Article 104 – FONCTIONNEMENT DE LA COMMISSION.....	7
Article 105 – BUREAU DE LA CSDGE .....	7
Article 106 – LA COMMISSION D’ORGANISATION INTER REGIONALE DES GRADES (COIRG).....	8
Article 107 – LA COMMISSION D’ORGANISATION REGIONALE DES GRADES (CORG).....	10
Article 107-1 – Organisation des passages de grades dans les régions .....	10
Article 107-2 – Organisation des passages de grades dans les départements ..	11
Article 108 – COMPETENCES RESPECTIVES DES COMMISSIONS .....	12
 <b>CHAPITRE II .....</b>	 <b>13</b>
<b>CONDITIONS D’INSCRIPTION AUX EXAMENS DE PASSAGE DE DAN ET GRADES ÉQUIVALENTS.....</b>	<b>13</b>
Article 201 - CONDITIONS GENERALES D’INSCRIPTION .....	13
Article 202 - CONDITIONS SPECIFIQUES AUX LICENCIES FF KARATE.....	13
Article 203 - CONDITIONS SPECIFIQUES AUX AUTRES POSTULANTS.....	13
Article 204 - DOSSIER DE CANDIDATURE .....	14
Article 205 - CONDITIONS D’AGE POUR LES PASSAGES DE DAN ET GRADES EQUIVALENTS.....	15
Article 206 – TEMPS DE PRATIQUE ENTRE CHAQUE PASSAGE DE DAN ET GRADES EQUIVALENTS.....	16
Article 207 - FREQUENCE DES PASSAGES DE DAN ET GRADES EQUIVALENTS.....	17
Article 208 - AUTHENTIFICATION DES DAN ET GRADES EQUIVALENTS.....	17
Article 209 - BONIFICATIONS EN TEMPS DE PRATIQUE.....	18
Article 210 – HAUTS GRADES (6 <sup>ème</sup> Dan, 7 <sup>ème</sup> Dan et au-dessus).....	18
Article 211 - PASSAGES DE GRADES HANDIKARATE .....	19
Article 212 - PASSAGE DE GRADES EQUIPE DE FRANCE.....	19
Article 213 – GRADES EXCEPTIONNELS.....	20
Article 214 - ÉVALUATION DES DAN ET GRADES ÉQUIVALENTS DANS LES DOM-TOM .....	20
Article 215 - RECONNAISSANCE ET EQUIVALENCE DES DAN ET GRADES EQUIVALENTS.....	20
 <b>CHAPITRE III .....</b>	 <b>22</b>
<b>JUGES ET ARBITRES DES EXAMENS DE DAN ET GRADES.....</b>	<b>22</b>
Article 301 – CONSIDERATIONS GENERALES .....	22
Article 302 – JUGES REGIONAUX.....	22
Article 303 – JUGES INTERREGIONAUX .....	23
Article 304 – JURY NATIONAL POUR L’EXAMEN DE 6 <sup>ème</sup> DAN.....	23

Article 305 – ARBITRES .....	23
<b>CHAPITRE IV .....</b>	<b>24</b>
<b>PROGRAMME DES EXAMENS DE DAN ET GRADES EQUIVALENTS DE KARATE DO .....</b>	<b>24</b>
Article 401 – REGLES COMMUNES .....	24
Article 402 – EXAMEN POUR L’OBTENTION DU 1er DAN .....	25
Article 402-1 – Tronc commun .....	25
Article 402-2 – Partie spécifique .....	26
Article 403 – EXAMEN POUR L’OBTENTION DU 2ème DAN .....	30
Article 403-1 – Tronc commun .....	30
Article 403-2 – Partie spécifique .....	31
Article 404 – EXAMEN POUR L’OBTENTION DU 3 <sup>ème</sup> DAN .....	35
Article 405 – EXAMEN POUR L’OBTENTION DU 4 <sup>ème</sup> DAN .....	36
Article 406 – EXAMEN POUR L’OBTENTION DU 5 <sup>ème</sup> DAN .....	37
Article 407 – EXAMEN POUR L’OBTENTION DU 6 <sup>ème</sup> DAN .....	38
Article 407-1 - Soutenance du mémoire .....	38
Article 407-2 - Test Technique .....	39
<b>CHAPITRE V .....</b>	<b>41</b>
<b>PROGRAMME DES EXAMENS DE DAN ET GRADES EQUIVALENTS DE KARATE-JUTSU (TOUS STYLES) .....</b>	<b>41</b>
Article 502– EXAMEN DE 1er ET 2ème DAN .....	42
Article 502-1 – Tronc commun (voies « traditionnelle » et « combat ») .....	42
Article 502-2 – Partie spécifique .....	44
Article 503 – EXAMENS DU 3 <sup>ème</sup> AU 5 <sup>ème</sup> DAN (INCLUS) .....	48
Article 503-1 – Tronc commun .....	48
Article 503-2 – Partie spécifique (voie traditionnelle uniquement) .....	50
Article 504 – EXAMEN POUR L’OBTENTION DU 6 <sup>ème</sup> DAN .....	50
<b>ANNEXES .....</b>	<b>53</b>
ANNEXE I - KIHON : LA TECHNIQUE DE BASE .....	53
ANNEXE II - KUMITE : ASSAULTS CONVENTIONNELS .....	60
ANNEXE III - KATA : FORME FONDAMENTALE OU CONVENTIONNELLE .....	63
ANNEXE IV - TEST COMBAT .....	66
ANNEXE V - BONIFICATIONS .....	70
ANNEXE VI - PROGRAMME KATA PAR DAN ET PAR STYLE .....	71
ANNEXE VII - TABLEAUX RECAPITULATIFS : TEMPS – AGE – BONIFICATIONS .....	75
ANNEXE VIII - DECOUPAGE TERRITORIAL DES INTERREGIONS .....	76
ANNEXE IX - REGLEMENTS SPECIFIQUES .....	77
ANNEXE X - TEXTES OFFICIELS .....	78

## **CHAPITRE I**

### **CSDGE : ORGANISATION, DEMEMBREMENTS ET FONCTIONNEMENT**

---

#### **Article 101 – CONTENU ET MODIFICATION DU REGLEMENT**

Le présent règlement précise notamment :

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

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

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

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

#### **Article 102 – ROLE DE LA COMMISSION**

La CSDGE a pour objet :

- De préserver la valeur pleine et entière des Dan et grades équivalents, dans leur progression, leur hiérarchie, leur harmonie afin que soient préservées les qualifications, responsabilités et représentations du Karaté et des Arts Martiaux Affinitaires,
- D'harmoniser les Dan et grades équivalents,
- D'authentifier les Dan et grades équivalents de ceintures noires,
- D'examiner et délivrer les Dan et grades équivalents,
- De susciter une adaptation continue de la réglementation des Dan et grades équivalents en préservant les notions fondamentales et traditionnelles de ceux ci,
- De soumettre à l'approbation du ministre chargé des sports les conditions de délivrance des Dan et grades équivalents,
- D'étudier tous les cas particuliers et de régler tout litige qui lui seraient soumis.
- D'organiser les passages de Dan et grades équivalents.

La liste des membres pouvant siéger dans les jurys d'examens organisés par la CSDGE est fixée par la commission. Les membres du jury sont choisis, sur proposition des organismes concernés :

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

Pour chaque examen et en fonction des besoins, le responsable national des grades désigne et convoque le jury. La composition du jury respectera autant que possible les équilibres de chaque catégorie de représentants tels que définis au sein de l'arrêté en date du 19 janvier 2001. Le président de la CSDGE est membre de droit du jury.

### **Article 103 – COMPOSITION DE LA COMMISSION**

Conformément à l'arrêté du 19 janvier 2001, la CSDGE de la FF Karaté est composée de 20 membres :

- Un président désigné, après consultation de la Fédération Française de Karaté et Arts Martiaux Affinitaires, par le ministre chargé des sports ;
- Le directeur technique national ;
- 8 membres proposés par le comité directeur de la Fédération Française de Karaté et Arts Martiaux Affinitaires, dont six au moins sont titulaires du Brevet d'Etat d'Éducateur Sportif, option Karaté et Arts Martiaux Affinitaires.
- 6 membres désignés par les Fédérations Multisports, Affinitaires et Scolaires et Universitaires concernées ;
- 4 membres désignés par les organisations professionnelles d'enseignants les plus représentatives dans le Karaté ou les disciplines affinitaires.

Les membres des 3<sup>ème</sup>, 4<sup>ème</sup> et 5<sup>ème</sup> catégories doivent être titulaires du 6<sup>ème</sup> Dan ou d'un Grade Équivalent de Karaté ou d'une Discipline Affinitaire. Toutefois, en l'absence de membre remplissant cette condition, des membres titulaires d'un 5<sup>ème</sup> ou d'un 4<sup>ème</sup> Dan ou d'un grade équivalent pourront être désignés.

Lorsque le directeur technique national n'est pas titulaire au moins du 4<sup>ème</sup> Dan ou d'un grade équivalent, il assiste aux réunions de la Commission Spécialisée des Dan et Grades Équivalents avec voix consultative. Le comité directeur de la Fédération Française de Karaté et Arts Martiaux Affinitaires désigne alors un membre ayant voix délibérative.

Peut être invitée aux séances de la CSDGE toute personne susceptible d'aider au fonctionnement de la commission.

Le ministre chargé des sports peut mettre fin aux fonctions des membres de la commission :

- D'office en cas de non respect de la réglementation des Dan et grades équivalents,

- Sur demande motivée de la CSDGE de la FF Karaté
- A partir du moment où un membre, désigné par les fédérations multisports, affinitaires et scolaires et universitaires, ou par les organisations professionnelles d'enseignants, cesse ses fonctions au sein de la fédération concernée, ce membre cesse de plein droit ses fonctions au sein de la CSDGE.
- A partir du moment où un membre, désigné par les fédérations multisports, affinitaires et scolaires et universitaires, ou par les organisations professionnelles d'enseignants, est démis de ses fonctions au sein de la fédération concernée, ce membre cesse de plein droit ses fonctions au sein de la CSDGE.

### **Article 104 – FONCTIONNEMENT DE LA COMMISSION**

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

L'ordre du jour est fixé par le bureau de la commission.

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

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

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

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

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

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

Les votes par procuration ou par correspondance ne sont pas acceptés.

### **Article 105 – BUREAU DE LA CSDGE**

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

Il est l'organe administratif de la CSDGE. Il est composé :

- du Président de la commission,
- d'un secrétaire désigné par la commission,
- du DTN de la FF Karaté
- de trois membres désignés en son sein par la CSDGE de la FF Karaté dont :
  - Un membre choisi parmi les représentants de la FF Karaté,
  - Un membre choisi parmi les représentants des fédérations multisports, affinitaires, scolaires et universitaires,

- Un membre choisi parmi les représentants des organisations professionnelles.

Le bureau est désigné, lors de chaque saison sportive, au cours de la première réunion de la CSDGE. La durée de son mandat est d'une saison sportive.

Les attributions du bureau sont les suivantes :

- Fixation de l'ordre du jour de la commission,
- Expédition des affaires courantes,
- Tenue des archives et enregistrement des résultats aux examens,
- Courriers,
- Préparation des réunions,
- Procès-verbaux,
- Élaboration de documents,

La personne qui entend contester les résultats d'un passage de Dan et grades équivalents doit, dans le délai de trente jours à compter du jour de la publication des résultats d'examen, les déférer au président de la CSDGE préalablement à tout autre recours. Le président de la CSDGE dispose d'un délai de 30 jours francs à compter de la réception du recours pour répondre par décision motivée. L'absence de réponse dans ce délai vaut décision de rejet.

Toute réclamation est adressée au président de la CSDGE par voie de lettre avec accusé de réception. Cette réclamation doit mentionner le nom, le domicile ainsi que l'exposé des faits, les moyens et conclusions de la personne qui dépose le recours. La procédure est exclusivement écrite.

## **Article 106 – LA COMMISSION D'ORGANISATION INTER REGIONALE DES GRADES (COIRG)**

Dans chaque inter région (dont la délimitation est fixée en annexe du présent règlement) est mise en place une commission d'organisation inter régionale des grades (COIRG).

Elle est composée :

- d'un responsable interrégional des grades, président de la commission, élu par la CSDGE sur proposition de son président,
- d'un membre de la Direction Technique Nationale (le Directeur Technique National ou son représentant),
- d'un membre élu par la CSDGE sur proposition des Présidents des Ligues concernées,

Le mandat des membres composant la COIRG prend fin sur décision de la CSDGE prise à la majorité absolue des suffrages valablement exprimés.

Le responsable des grades est notamment chargé :

- d'encadrer l'organisation de l'ensemble des examens,

- de convoquer la COIRG,
- d'assurer le suivi de la formation des juges,
- de désigner les jurys d'examen,
- de répartir les membres du jury sur les tables d'examen.

Si nécessaire, le responsable interrégional des grades peut s'adjoindre les services d'un secrétaire. En l'absence de secrétaire, une secrétaire administrative de Ligue pourra effectuer les fonctions de secrétaire.

Le secrétaire de COIRG est responsable du suivi administratif des candidats et des examens.

Les dossiers d'inscription sont envoyés au siège de la CSDGE de la FF Karaté. La CSDGE de la FF Karaté est chargée de l'envoi des convocations aux membres de la COIRG, aux candidats et aux membres du jury.

Pour chaque examen et en fonction des besoins, le responsable des grades désigne et convoque le jury à partir de la liste établie pour la saison sportive. La composition du jury respectera autant que possible les équilibres entre chaque catégorie de représentants tels que définis dans l'arrêté en date 19 janvier 2001.

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

Le responsable interrégional des grades répartit les membres du jury sur les tables d'examen. Les tables d'examen sont composées de 3 membres d'un grade supérieur au grade examiné.

Le cas échéant, le responsable des grades pourra désigner des suppléants chargés de pallier l'absence ou le retrait d'un ou de plusieurs membres d'une table d'examen. Ces suppléants sont désignés parmi les membres inscrits sur la liste des membres établie par la COIRG.

Le membre du jury qui, lors du passage d'un candidat, estime en conscience devoir s'abstenir se fait remplacer par un suppléant que désigne le responsable des grades.

Les membres de la COIRG ne sont pas membres du jury. Par contre, les membres de la COIRG doivent parapher le bordereau récapitulatif des admis, ainsi que le passeport des admis, afin que le grade soit homologué, ou que les UV soient mentionnées.

## **Article 107 – LA COMMISSION D'ORGANISATION REGIONALE DES GRADES (CORG)**

### **Article 107-1 – Organisation des passages de grades dans les régions**

Dans chaque ligue régionale FF Karaté, dont la délimitation est fixée en annexe du présent règlement, est mise en place une Commission d'Organisation Régionale des Grades (CORG).

Elle est composée :

- Du responsable régional des grades, président de la commission, élu par la CSDGE sur proposition du Président de la Ligue concernée,
- Du Président de Ligue FF Karaté,
- Du Directeur Technique de Ligue FF Karaté,

Le mandat des membres composant la CORG prend fin sur décision de la CSDGE prise à la majorité absolue des suffrages valablement exprimés.

Le responsable des grades est notamment chargé :

- D'encadrer l'organisation de l'ensemble des examens,
- de convoquer la CORG,
- d'assurer le suivi de la formation des juges,
- de désigner les jurys d'examen,
- de répartir les membres du jury sur les tables d'examen.

Si nécessaire, le responsable des grades peut s'adjoindre les services d'un secrétaire. En l'absence de secrétaire, la secrétaire administrative de la ligue pourra effectuer les fonctions de secrétaire.

Le secrétaire de CORG est chargé du suivi administratif des candidats et des examens. Il est notamment chargé de rassembler les inscriptions des candidats et de veiller à l'envoi des convocations aux membres de la CORG, aux candidats et aux membres du jury.

Pour chaque examen et en fonction des besoins, le responsable des grades désigne et convoque un jury à partir de la liste établie pour la saison sportive. La composition du jury respectera autant que possible les équilibres entre chaque catégorie de représentants tels que définis dans l'arrêté en date 19 janvier 2001.

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

Les jurys doivent être titulaires du grade minimum requis.

Le responsable des grades répartit les membres du jury sur les tables d'examen. Les tables d'examen sont composées de 3 membres d'un grade supérieur au grade examiné.

Le cas échéant, le responsable des grades pourra désigner des suppléants de jury chargés de pallier l'absence ou le retrait d'un ou de plusieurs membres d'une table d'examen. Ces suppléants sont désignés parmi les membres composant la liste établie par la CORG.

Le membre du jury qui, lors du passage d'un candidat, estime en conscience devoir s'abstenir se fait remplacer par un suppléant que désigne le responsable des grades.

Les membres de la CORG ne sont pas membres du jury. Par contre, les membres de la CORG doivent parapher le bordereau récapitulatif des admis, ainsi que le passeport des admis afin que le grade soit homologué, ou que les UV soient mentionnées.

### Article 107-2 – Organisation des passages de grades dans les départements

Les ligues, ayant en leur sein des comités départementaux d'au moins 3500 licenciés, doivent organiser en liaison avec chaque comité départemental concerné, sous leur autorité, des passages de grade 1er Dan.

Le nombre de licenciés pris en compte est celui arrêté par la fédération à l'issue de la saison sportive précédente.

Est alors créée une sous-commission au sein de la CORG pour tous les passages de 1er Dan en département, composée :

- du responsable régional des grades, Président de la Commission,
- du Président du Département,
- du responsable départemental des grades, nommé par la CSDGE sur proposition du Président du département et faisant fonction d'adjoint au responsable régional.

Le mandat des membres composant la sous-commission départementale de la CORG prend fin sur décision de la CSDGE prise à la majorité absolue des suffrages valablement exprimés.

La liste des membres du jury est établie pour la saison sportive par le responsable régional des grades.

Les jurys doivent être titulaires du grade minimum requis.

Le responsable des grades répartit les membres du jury sur les tables d'examen. Les tables d'examen sont composées de 3 membres d'un grade supérieur au grade examiné.

Le cas échéant, le responsable des grades pourra désigner des suppléants de jury chargés de pallier l'absence ou le retrait d'un ou de plusieurs membres d'une table d'examen. Ces suppléants sont désignés parmi les membres composant la liste établie par le responsable régional des grades.

Le membre du jury qui, lors du passage d'un candidat, estime en conscience devoir s'abstenir se fait remplacer par un suppléant que désigne le responsable régional des grades.

Les membres de la sous-commission départementale de la CORG ne sont pas membres du jury. Par contre, les membres de la sous-commission départementale de la CORG doivent parapher le bordereau récapitulatif des admis, ainsi que le passeport des admis afin que le grade soit homologué, ou que les UV soient mentionnées.

Tout candidat au passage de 1er Dan demeurant dans un département ayant au moins 3500 licenciés ne peut s'inscrire qu'au passage de grade se déroulant dans son département.

Les candidats doivent envoyer leur dossier d'inscription à la Ligue.

### **Article 108 – COMPETENCES RESPECTIVES DES COMMISSIONS**

- les Commissions Régionales des Grades (CORG) sont compétentes pour les passages de 1<sup>er</sup>, 2<sup>ème</sup> Dan et 3<sup>ème</sup> Dan.

Les sous-commissions départementales des CORG sont compétentes pour les passages de 1<sup>er</sup> Dan.

- les Commissions Interrégionales des Grades (COIRG) sont compétentes pour les passages de 4<sup>ème</sup> Dan et 5<sup>ème</sup> Dan.

- la Commission Spécialisée des Dan et Grades Equivalents (CSDGE) est compétente pour les passages des Dan supérieurs au 5<sup>ème</sup> Dan.

Toutefois, sur décision de la CSDGE prise en début de saison sportive, les passages de Dan et grades équivalents de certaines disciplines peuvent être organisés par les Commissions Interrégionales des Grades voire par la Commission Spécialisée des Dan et Grades Equivalents et ceci dès le 1er Dan.

En cas d'insuffisance du nombre de candidats et afin de permettre la constitution régulière des « poules combat », un regroupement des candidats dépendant de différents ressorts géographiques pourra être opéré dans les interrégions.

## **CHAPITRE II**

### **CONDITIONS D'INSCRIPTION AUX EXAMENS DE PASSAGE DE DAN ET GRADES ÉQUIVALENTS**

---

#### **Article 201 - CONDITIONS GENERALES D'INSCRIPTION**

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

- Présenter un certificat médical de non contre-indication à la pratique en compétition du Karaté ou de la discipline associée datant de moins de 60 jours avant le début de la saison sportive. Ce certificat médical, valable pour l'ensemble de la saison sportive, doit être établi conformément aux dispositions en vigueur (notamment article L3621-1 et suivants du Code de la Santé Publique),
- S'acquitter d'un droit de présentation visant à couvrir les frais d'organisation et de gestion administrative. Le montant de ce droit de présentation est fixé par l'assemblée générale de la FF Karaté, couvre la participation du candidat au passage d'une session d'examen (une session d'examen comprend un tronc commun et, en cas de succès au tronc commun, une partie spécifique).
- Répondre aux conditions d'âge fixées au sein du présent règlement
- Attester du temps de pratique prévu au sein du présent règlement,
- A partir du 2ème Dan, il faut que le grade précédent ait été authentifié dans les conditions développées ci-dessous et que le délai de pratique minimum exigé entre chaque Dan soit, sauf dérogation, révolu.

#### **Article 202 - CONDITIONS SPECIFIQUES AUX LICENCIES FF KARATE**

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

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

#### **Article 203 - CONDITIONS SPECIFIQUES AUX AUTRES POSTULANTS**

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

- Justifier du temps de pratique minimum défini au sein du présent règlement (notamment par la présentation de trois timbres de licence, de 3 saisons sportives différentes, de la (ou des) fédération(s) concernée(s)).
- Posséder le carnet des grades. Le carnet des grades est délivré par la ligue régionale FF Karaté territorialement compétente. Au sein du carnet des grades, authentifié par le cachet de la ligue et la signature du président de ligue FF Karaté, doit figurer la photo d'identité du candidat.

## **Article 204 - DOSSIER DE CANDIDATURE**

Les candidats doivent se présenter dans le ressort géographique (département, région ou interrégion) dans lequel ils sont licenciés (ou, à défaut, dans celui où ils ont fixé leur domicile principal).

Les candidats devront impérativement envoyer un dossier d'inscription 30 jours francs avant la date d'examen fixée par la commission des Dan et grades compétente.

En cas d'envoi tardif, le dossier est automatiquement inscrit à la session suivante, sous réserve que la session suivante soit de la même saison.

Le dossier de candidature doit être conforme au dossier de candidature type établi par le bureau de la CSDGE. Le dossier de candidature, fourni par la ligue FF Karaté territorialement compétente, doit comprendre :

- Un formulaire d'inscription rempli lisiblement,
- Une photo d'identité,
- Une autorisation parentale pour le pratiquant mineur,
- Les photocopies de la page d'identité et de la page d'authentification des grades du passeport sportif fédéral ou du carnet de grades,
- S'il y a lieu, une attestation permettant d'obtenir des bonifications,
- Le certificat médical de non contre-indication à la pratique du Karaté ou de la discipline associée en compétition, établi moins de 60 jours avant le début de la saison sportive. Ce certificat est valable pour l'ensemble de la saison sportive en cours.

Pour les examens organisés par les CORG, le dossier de candidature devra être remis au Président de la ligue FF Karaté (ou à son représentant) qui, après visa, le transmettra au responsable des grades concerné.

Pour les examens organisés par les sous-commissions départementales des CORG, le dossier de candidature devra être remis au Président de la ligue de karaté (ou à son représentant) qui, après visa, le transmettra au responsable des grades concernés.

Pour les examens organisés par les COIRG, le dossier de candidature sera envoyé directement à la FF Karaté.

Pour les examens organisés par la CSDGE, les dossiers sont à envoyer au siège de la FF Karaté.

L'inscription n'est valable que pour un seul et unique examen. En conséquence, les candidats ayant obtenu une ou deux U.V lors de l'examen devront constituer un nouveau dossier de candidature en vue d'obtenir les UV manquantes.

### **Article 205 - CONDITIONS D'AGE POUR LES PASSAGES DE DAN ET GRADES EQUIVALENTS**

- Pour se présenter à l'examen du 1<sup>er</sup> Dan, les candidats devront, au jour de l'examen, être âgés de 14 ans et être ceinture marron 1er kyu depuis au moins 1 an. Toutefois, les candidats au passage de la partie spécifique dans la voie traditionnelle devront être impérativement âgés de 16 ans au jour de cet examen.
- Pour se présenter à l'examen du 2<sup>ème</sup> Dan, les candidats devront être âgés de 18 ans au jour de l'examen,
- Pour se présenter à l'examen du 3<sup>ème</sup> Dan, les candidats devront être âgés de 21 ans au jour de l'examen,
- Pour se présenter à l'examen du 4<sup>ème</sup> Dan, les candidats devront être âgés de 25 ans au jour de l'examen,
- Pour se présenter à l'examen du 5<sup>ème</sup> Dan, les candidats devront être âgés de 30 ans au jour de l'examen,
- Pour se présenter à l'examen du 6<sup>ème</sup> Dan, les candidats devront être âgés de 41 ans au jour de l'examen,
- Pour pouvoir déposer un dossier visant à l'obtention du 7<sup>ème</sup> Dan, les candidats devront être âgés de 51 ans au jour du dépôt de leur dossier.

**Article 206 – TEMPS DE PRATIQUE ENTRE CHAQUE PASSAGE DE DAN ET GRADES EQUIVALENTS**

GRADES	1 <sup>er</sup> Dan	2 <sup>ème</sup> Dan	3 <sup>ème</sup> Dan	4 <sup>ème</sup> Dan	5 <sup>ème</sup> Dan	6 <sup>ème</sup> Dan	7 <sup>ème</sup> Dan	8 <sup>ème</sup> et 9 <sup>ème</sup> Dan
<b>DELAI D'ACTIVITE</b>	3 timbres de licence pour prétendre au passage du 1 <sup>er</sup> Dan dont le timbre de la saison sportive en cours	2 ans de pratique de date à date entre le passage du 1 <sup>er</sup> dan et celui du 2 <sup>ème</sup> Dan avec 2 timbres de licence, dont le timbre de licence de la saison sportive en cours	3 ans de pratique de date à date entre le passage du 2 <sup>ème</sup> Dan et celui du 3 <sup>ème</sup> Dan, avec 3 timbres de licence dont le timbre de la saison sportive en cours	4 ans de pratique de date à date entre le passage du 3 <sup>ème</sup> Dan et celui du 4 <sup>ème</sup> dan avec 4 timbres de licence dont le timbre de licence de la saison sportive en cours	5 ans de pratique de date à date entre le passage du 4 <sup>ème</sup> dan et celui du 5 <sup>ème</sup> dan avec 5 timbres de licence dont le timbre de la saison sportive en cours	25 ans de pratique dans le grade de ceinture noire 1 <sup>er</sup> Dan, dont 10 ans de pratique de date à date entre le passage du 5 <sup>ème</sup> dan et celui du 6 <sup>ème</sup> dan avec 10 timbres de licence dont le timbre de licence de la saison sportive en cours	5 ans de pratique de date à date entre le passage du 6 <sup>ème</sup> dan et celui du 7 <sup>ème</sup> dan avec 5 timbres de licence dont le timbre de la saison sportive en cours	Aucun temps de pratique minimum n'est exigé

## **Article 207 - FREQUENCE DES PASSAGES DE DAN ET GRADES EQUIVALENTS**

Les examens pour l'obtention du premier Dan seront inscrits au calendrier régional. Leur fréquence minimale sera de 2 fois par saison sportive sans excéder trois passages de grades.

Les examens pour l'obtention du premier Dan dans les départements de plus de 3500 licenciés seront inscrits au calendrier régional. Leur fréquence minimale sera de 2 fois par saison sportive sans excéder trois passages de grades.

Les examens pour l'obtention du deuxième Dan seront inscrits au calendrier régional. Leur fréquence minimale sera de 2 fois par saison sportive sans excéder trois passages de grades.

Les examens pour l'obtention du troisième Dan seront inscrits au calendrier régional. Leur fréquence minimale sera de 2 fois par saison sportive sans excéder trois passages de grades.

Les examens pour l'obtention du quatrième Dan seront inscrits au calendrier inter régional. Leur fréquence minimale sera de 2 fois par saison sportive sans excéder trois passages de grades.

Les examens pour l'obtention du cinquième Dan seront inscrits au calendrier inter régional. Leur fréquence minimale sera de 2 fois par saison sportive sans excéder trois passages de grades.

La date de l'examen pour l'obtention du sixième Dan sera fixée par la CSDGE et sera inscrite au calendrier national. Sa fréquence minimale sera d'une fois par saison sportive.

Un candidat ne peut pas se présenter plus de trois fois par saison sportive.

## **Article 208 - AUTHENTIFICATION DES DAN ET GRADES EQUIVALENTS**

Pour être valables, les Dan et grades équivalents doivent :

- Être authentifiés par la CSDGE de la FF Karaté (pour ce faire, la CSDGE peut donner délégation à l'un de ses membres),
- Être inscrits au fichier national des grades tenu par la F.F. Karaté et sur le diplôme officiel de la CSDGE de la FF Karaté (pour les Dan et grades équivalents délivrés après le 05 septembre 2001, le diplôme officiel est le seul document prouvant la validité des grades ou Dan obtenus).

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

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

Pour être homologués ou authentifiés, les résultats enregistrés doivent figurer sur le passeport FF Karaté ou sur le carnet des grades.

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

Les passeports et les carnets de grades sont délivrés par la ligue dans le ressort de laquelle le candidat est licencié (ou, à défaut, dans le ressort de laquelle il a fixé son domicile principal).

### **Article 209 - BONIFICATIONS EN TEMPS DE PRATIQUE**

Sur présentation de justificatifs, des bonifications de temps de pratique peuvent être accordées à des pratiquants de karaté ou de disciplines associées pouvant attester d'un niveau remarquable de pratique, de connaissance ou de dévouement à la cause du karaté et des disciplines associées.

Ces bonifications consistent en une diminution du temps requis pour accéder au grade supérieur. Elles sont obtenues sur présentation d'un dossier conforme au dossier type élaboré par le bureau de la CSDGE. Ce dossier comporte les attestations des titres et fonctions dont se prévaut le candidat. Le Directeur Technique National de la FF Karaté ou le Président de la CSDGE, au vu de ces pièces, délivre une attestation ouvrant droit aux bonifications.

Pour ces bonifications, il sera fait application des dispositions de l'annexe 5 du présent règlement.

Les demandes de bonification en temps de pratique doivent être envoyées au Président de la CSDGE au plus tard 90 jours avant le passage d'examen.

Les bonifications ne sont pas cumulables et ne peuvent être accordées qu'à une seule occasion.

### **Article 210 – HAUTS GRADES (6<sup>ème</sup> Dan, 7<sup>ème</sup> Dan et au-dessus)**

Pour pouvoir accéder au grade de 6<sup>ème</sup> Dan, le candidat doit justifier d'un minimum de 25 ans de pratique dans le grade de ceinture noire premier Dan et ceci quelles que soient ses possibilités de bonification. Il doit en outre remplir les conditions de temps de pratique dans le 5<sup>ème</sup> Dan.

Il peut alors faire acte de candidature auprès de la CSDGE en déposant 90 jours francs avant la date de l'examen :

- Un dossier de candidature conforme au modèle établi par le bureau de la CSDGE,

- Un mémoire établi en 3 exemplaires et rédigé avec l'aide d'un directeur de mémoire titulaire d'un 7ème Dan minimum.

Si la candidature est jugée recevable, le candidat soutient son mémoire et exécute un test technique dont le contenu est fixé au sein du présent règlement. Après délibération, les membres du jury plénier décident de l'acceptation ou du refus de l'accession au grade de 6ème Dan.

Pour pouvoir accéder aux grades supérieurs au 6ème Dan, le candidat doit faire acte de candidature auprès de la CSDGE en déposant un dossier de candidature conforme au modèle établi par le bureau de la CSDGE.

Pour pouvoir accéder au 7ème Dan, le candidat devra présenter un mémoire.

Si la candidature est jugée recevable, la CSDGE décide de l'acceptation ou du refus de l'accession au Dan supérieur. Cette décision est prise à la majorité absolue des suffrages valablement exprimés. Le vote a lieu à bulletins secrets.

### **Article 211 - PASSAGES DE GRADES HANDIKARATE**

Les passages de grades handikaraté sont réservés aux personnes titulaires d'un certificat délivré par une commission départementale d'éducation spéciale (CDES) ou d'un certificat délivré par une commission techniques d'orientation et de reclassement professionnel (COTOREP) attestant d'un taux d'incapacité supérieur à 20%.

Dès le 1er Dan, les passages de grades handikaraté se déroulent au niveau de l'échelon territorial (région et inter région) concerné et peuvent être organisés par la CSDGE de la FF Karaté. Le jury est composé de 3 membres désignés en son sein par

Le responsable régional, interrégional ou national auxquels se joint, à titre consultatif, une personnalité qualifiée que nomment respectivement la CORG, la COIRG ou le bureau de la CSDGE.

Ces examens se déroulent conformément au présent règlement (notamment en ce qui concerne les conditions d'âge et de temps de pratique).

### **Article 212 - PASSAGE DE GRADES EQUIPE DE FRANCE**

En raison des contraintes liées à leur appartenance à l'Equipe de France, les athlètes sélectionnés pourront bénéficier de dates d'examen adaptées.

Ces examens de Dan et grades équivalents, réservés aux membres de l'Equipe de France, sont organisés périodiquement à la demande du Directeur Technique National et sous la responsabilité de la CSDGE. Le jury est composé de 3 membres désignés par la CSDGE.

Ces examens ne peuvent aller au-delà du 5ème Dan et doivent respecter en tout point le présent règlement.

### **Article 213 – GRADES EXCEPTIONNELS**

Pourront notamment déposer un dossier de candidature en vue de la délivrance d'un grade à titre exceptionnel, les personnes ayant rempli des fonctions ou ayant rendu des services exceptionnels à la cause du karaté et des disciplines associées.

Les candidats à l'obtention d'un Dan ou grade équivalent à titre exceptionnel doivent retirer un dossier de candidature auprès de la CSDGE. Ce dossier, dûment complété et auquel sera joint l'ensemble des justificatifs nécessaires, sera transmis par le candidat à la CORG territorialement compétente.

Le dossier de candidature, après avis de la CORG, sera transmis pour étude à la CSDGE.

La décision de la CSDGE est prise à la majorité absolue des suffrages valablement exprimés. Le vote a lieu à bulletin secret.

Il ne peut être obtenu plus d'un grade à titre exceptionnel.

Un candidat ne peut pas déposer plus d'un dossier par an de date à date. A la nouvelle présentation du dossier, ce dernier doit comporter de nouveaux éléments.

### **Article 214 - ÉVALUATION DES DAN ET GRADES ÉQUIVALENTS DANS LES DOM-TOM**

Dans les départements et territoires d'outre mer, un membre désigné en son sein par la CSDGE, accompagné du Directeur Technique National de la FF Karaté ou de son représentant, seront chargés de toute évaluation de Dan et grades équivalents à partir du 3ème Dan et jusqu'au 5ème Dan inclus.

### **Article 215 - RECONNAISSANCE ET EQUIVALENCE DES DAN ET GRADES EQUIVALENTS**

Tout candidat à l'obtention d'un Dan ou grade par reconnaissance doit remplir les conditions d'âge et de temps de pratique telles que fixées au sein du présent règlement. De plus, les candidats étrangers doivent justifier d'une carte de séjour temporaire, d'une carte de résident ou d'un certificat de résidence en cours de validité.

Les décisions de la CSDGE relatives aux équivalences de Dan ou grades sont prises à la majorité absolue des suffrages valablement exprimés. Le vote a lieu à bulletin secret.

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

**Les demandes de reconnaissance** - Les Dan et grades équivalents délivrés par une fédération nationale membre de la WKF et reconnus par la WKF sont admis, de droit, en reconnaissance aux Dan et grades délivrés par la CSDGE de la FF Karaté.

La fédération nationale doit être reconnue par le Comité National Olympique de son pays, et doit être membre de la Fédération Mondiale de Karaté.

Les demandes de reconnaissance de grade sont formulées auprès de la CSDGE et doivent être accompagnées d'un dossier type fourni par la CSDGE auquel doivent être notamment jointes les pièces suivantes:

- Une fiche descriptive avec photo d'identité,
- Une attestation officielle de grade délivrée par une fédération nationale membre de la WKF, datant de moins d'un an,
- copie du diplôme délivré par la fédération nationale membre de la WKF

**Les demandes d'équivalence** - Les Dan et grades équivalents étrangers non reconnus par la WKF peuvent être admis par la CSDGE en équivalence. Cette décision ne peut être prise que lorsque la formation individuelle et l'expérience d'un candidat le justifient.

La CSDGE peut exiger que le candidat se soumette à tout ou partie de l'examen d'obtention du Dan ou grade demandé. Le jury chargé de l'évaluation peut décider de l'attribution d'un Dan inférieur au Dan initialement demandé.

Les candidats à l'équivalence de grades doivent formuler une demande manuscrite accompagnée d'un dossier type fourni par la CSDGE auquel doivent être notamment jointes les pièces suivantes :

- Une attestation de la fédération d'origine,
- Copie certifiée conforme des titres obtenus,
- Contenu des stages et études effectués avec notamment la durée des stages et le domaine dans lequel ils ont été effectués,
- Fonctions diverses exercées au service du karaté ou de l'art martial affinitaire,
- Justificatifs de la reconnaissance éventuelle du Dan ou grade par la fédération ayant délivré le Dan ou le grade équivalent,
- Le cas échéant, autres titres ou palmarès.

La CSDGE n'étudie que les demandes de reconnaissance et d'équivalence dont le dossier comporte tout justificatif émanant de la fédération étrangère de Karaté.

Il ne peut être obtenu plus d'une reconnaissance ou équivalence d'un Dan ou grade équivalent.

## **CHAPITRE III**

### **JUGES ET ARBITRES DES EXAMENS DE DAN ET GRADES**

---

#### **Article 301 – CONSIDERATIONS GENERALES**

Les juges des examens de Dan et grades équivalents sont classés en trois catégories : national, interrégional et régional.

La qualité de juge doit être portée sur le passeport sportif ou sur le carnet des grades. Cette qualité est authentifiée par la signature :

- du responsable national pour le niveau correspondant,
- du responsable interrégional pour le niveau correspondant,
- du responsable régional pour le niveau correspondant et les DOM-TOM.

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

Il est primordial que les différents styles de Karaté et de disciplines associées soient représentés au sein des jurys d'examen et ceci à tous les niveaux.

#### **Article 302 – JUGES REGIONAUX**

- Juge pour l'examen du 1<sup>er</sup> Dan : pour accéder à ce titre, il faut être au minimum 2<sup>ème</sup> Dan.
- Juge pour l'examen du 2<sup>ème</sup> Dan : pour accéder à ce titre, il faut être au minimum 3<sup>ème</sup> Dan.
- Juge pour l'examen du 3<sup>ème</sup> Dan : pour accéder à ce titre, il faut être au minimum 4<sup>ème</sup> Dan.

Les postulants à la fonction de juge régional sont formés par le responsable des grades régional lors d'un stage de formation spécifique organisé par la Ligue. Ce stage doit se dérouler en début de saison, et avant le 1<sup>er</sup> passage de grade. A l'issue de la formation, le responsable des grades constitue une liste pour la saison sportive.

Pour tout examen de 1<sup>er</sup> Dan dans les départements de plus de 3500 licenciés, les postulants à la fonction de juge départemental sont formés par le responsable des grades régional lors d'un stage de formation spécifique organisé par la Ligue, auquel est associé le responsable adjoint. Ce stage doit se dérouler en début de saison sportive, et avant le 1<sup>er</sup> passage de grade. A l'issue de la formation, le responsable des grades constitue une liste pour la saison sportive.

### **Article 303 – JUGES INTERREGIONAUX**

- Juge pour l'examen du 4ème Dan : pour accéder à ce titre, il faut être au minimum 5ème Dan.
- Juge pour l'examen du 5ème Dan : pour accéder à ce titre, il faut être au minimum 6ème Dan.

Les postulants à la fonction de juge interrégional sont formés par le responsable des grades interrégional lors d'un stage de formation spécifique organisé par le responsable des grades de l'interrégion. Ce stage doit se dérouler en début de saison sportive, et avant le 1<sup>er</sup> passage de grade. A l'issue de la formation, le responsable des grades constitue une liste pour la saison sportive.

### **Article 304 – JURY NATIONAL POUR L'EXAMEN DE 6<sup>ème</sup> DAN**

Le jury est composé du Président de la CSDGE et de membres titulaires au moins du 7ème Dan choisis :

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

### **Article 305 – ARBITRES**

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

## CHAPITRE IV PROGRAMME DES EXAMENS DE DAN ET GRADES EQUIVALENTS DE KARATE DO

---

### **Article 401 – REGLES COMMUNES**

Jusqu'au 2ème Dan inclus, les passages de Dan et grades équivalents sont obligatoirement constitués d'un tronc commun qu'il est nécessaire d'obtenir pour pouvoir accéder à la partie spécifique de l'examen. Le tronc commun est composé de trois unités de valeur (U.V.) : kihon, kumité et kata.

Pour obtenir le tronc commun, il faut obtenir la note minimale requise dans chacune des 3 U.V. Le passage du 3ème, 4ème et 5ème Dan est composé de 3 unités de valeur.

Pour l'ensemble des examens, chaque U.V. est acquise définitivement pour le candidat ayant obtenu la note minimale requise.

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

- au premier passage le candidat doit présenter toutes les U.V.
- en cas d'échec total ou partiel, il doit présenter l'ensemble des U.V. qui lui manquent.

Pour le 6ème Dan, l'examen est constitué de 4 unités de valeur (UV : soutenance de mémoire, kata, kihon, kumité). Pour obtenir le 6ème Dan, il faut obtenir la note minimale requise dans chacune des 4 U.V.

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

#### **Nota :**

- *Le règlement et le contenu de l'examen sont identiques pour les hommes et les femmes,*
- *Le jury tiendra compte de l'âge du candidat dans l'évaluation de la prestation technique,*
- *Le nombre d'années requis entre chaque grade est indiqué Dans le tableau récapitulatif Temps - Age – Bonification (annexe n°7),*
- *Lors des tests combats, seuls sont autorisés les surclassements permis par les règlements FF Karaté,*
- *L'ensemble des examens se déroule à huis clos.*

## **Article 402 – EXAMEN POUR L’OBTENTION DU 1er DAN**

Pour obtenir le 1er Dan, le candidat devra :

- Obtenir le tronc commun de l’examen,
- Obtenir la partie spécifique de l’examen.

Il est nécessaire d’avoir obtenu le tronc commun pour pouvoir se présenter à la partie spécifique de l’examen.

Le tronc commun se compose de 3 unités de valeur (U.V.) : kihon, kata, kumité.

La partie spécifique de l’examen est constituée :

- Soit d’un test combat (« voie combat »)
- Soit d’un test traditionnel (assauts traditionnels et bunkaï, « voie traditionnelle »).

Un candidat ayant passé avec succès le tronc commun peut changer de voie à condition qu’il ait l’âge requis (16 ans pour la partie spécifique de la voie traditionnelle).

### **Article 402-1 – Tronc commun**

#### **A. KIHON (annexe 1)**

Noté sur 20 points.

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

#### **B. KATA (annexe 3)**

Noté sur 20 points. Pour réussir ce test, il faut obtenir la note minimum de 10/20.

Un Kata libre noté sur 10. Ce kata est choisi dans la liste des katas du 1er Dan telle que fixée en annexe du présent règlement.

Un Kata imposé noté sur 10. Ce kata est tiré au sort parmi les autres Kata de la liste du 1er Dan.

#### **C. KUMITE : KIHON IPPON KUMITE (annexe 2, §A)**

Noté sur 20 points. Pour réussir ce test, il faut obtenir la note minimum de 10/20.

Il est composé des 5 attaques :

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

Chacune de ces attaques est exécutée une fois à droite et une fois à gauche  
Les candidats inverseront les rôles lorsque Tori aura réalisé toutes ses attaques.

## Article 402-2 – Partie spécifique

### A. TEST COMBAT (« voie combat »)

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

#### a) Le système par poule

Les candidats combattent par poule de 5 à 9. Il n'existe pas de catégorie de poids mais les poules sont constituées, dans la mesure du possible, de telle sorte que les écarts de poids entre les candidats ne soient pas trop importants.

Le système d'arbitrage est celui du " Ippon Shobu". Les règles d'arbitrage seront les règles officielles adaptées au passage de grade, les protections sont obligatoires (voir annexe 4 du présent règlement).

Chaque candidat effectue 4 assauts.

La durée des combats est de 2 minutes (le chronomètre étant arrêté à chaque fois que l'arbitre annonce « yame »).

Le test est considéré comme acquis dans les cas suivants :

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

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

#### b) Le système par "relation Grades-Championnats"

Les candidats pourront bénéficier des victoires acquises lors des championnats officiels (Ligue, inter régions, national). Chaque victoire obtenue sera comptabilisée jusqu'à l'obtention de 10 victoires. Seules seront comptabilisées les victoires acquises après l'obtention du tronc commun de l'examen de Dan considéré. Les finalistes (1<sup>er</sup> et 2<sup>ème</sup>) des Championnats de France (sauf Universitaire, Armée, Corporatif et Police) bénéficient à titre exceptionnel du test combat jusqu'à l'obtention du tronc commun. Les victoires obtenues en poule lors du passage de Dan et les victoires obtenues lors des compétitions officielles peuvent se cumuler.

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

## B. TEST TRADITIONNEL (« voie traditionnelle »)

Ce test est constitué de deux parties :

- L'une portant sur les Bunkaï (applications).
- L'autre portant sur des formes de Kumité traditionnel qui n'étaient pas au programme de l'U.V. Kumité du test technique :
  - Jiyu Ippon Kumité (Assaut libre sur une attaque) ou Goshin Jutsu,
  - Ju Kumité (Assaut souple)

### a) Bunkaï (applications)

Ce test est noté sur 20

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

### b) Kumité traditionnel

b-1) Jiyu Ippon Kumité ou Goshin Jutsu (karaté défense)

Les candidats auront la possibilité de choisir entre le Jiyu Ippon Kumité et le Goshin Jutsu (karaté défense) :

**Jiyu Ippon Kumité** - Ce test est noté sur 20.

Les attaques ainsi que le niveau de l'attaque sont annoncés (3 attaques). Les attaques sont choisies par le jury parmi les attaques suivantes :

- Oi Zuki,
- Maé Géri,
- Mawashi Géri,
- Yoko Géri,
- Gyaku Zuki,
- Maete Zuki

Après chaque attaque les candidats reprennent la position Hachi ji Dachi.  
Les critères de notation sont définis dans l'annexe 2§C.

**Goshin Jutsu (karaté défense)** - Ce test est noté sur 20.

Les techniques ainsi que le niveau sont choisies par le jury parmi les techniques suivantes :

- saisie ou croisé direct d'un poignet
- saisie des deux poignets

- saisie du revers (à une ou deux mains)
- saisie latérale d'une épaule
- encerclement de face (bras pris)
- encerclement arrière (bras pris)

Les ripostes devront comportées des clefs, des projections et des mises à l'abandon par clefs ou atémi.

*Nota* : ce travail peut être effectué en statique ou en effectuant des déplacements. Dès que Tori se déplace et que celui-ci est à distance voulu, il engage sa technique d'attaque

#### *CRITERES DE NOTATIONS :*

- attitude réaliste
- appréciation des distances (maaï)
- opportunité des contres et de leurs points d'appuis
- détermination concentration
- variétés des techniques
- respect du schéma imposé (technique de clef ou étranglement ou projection et de la mise à l'abandon)
- maîtrise de la technique et réception

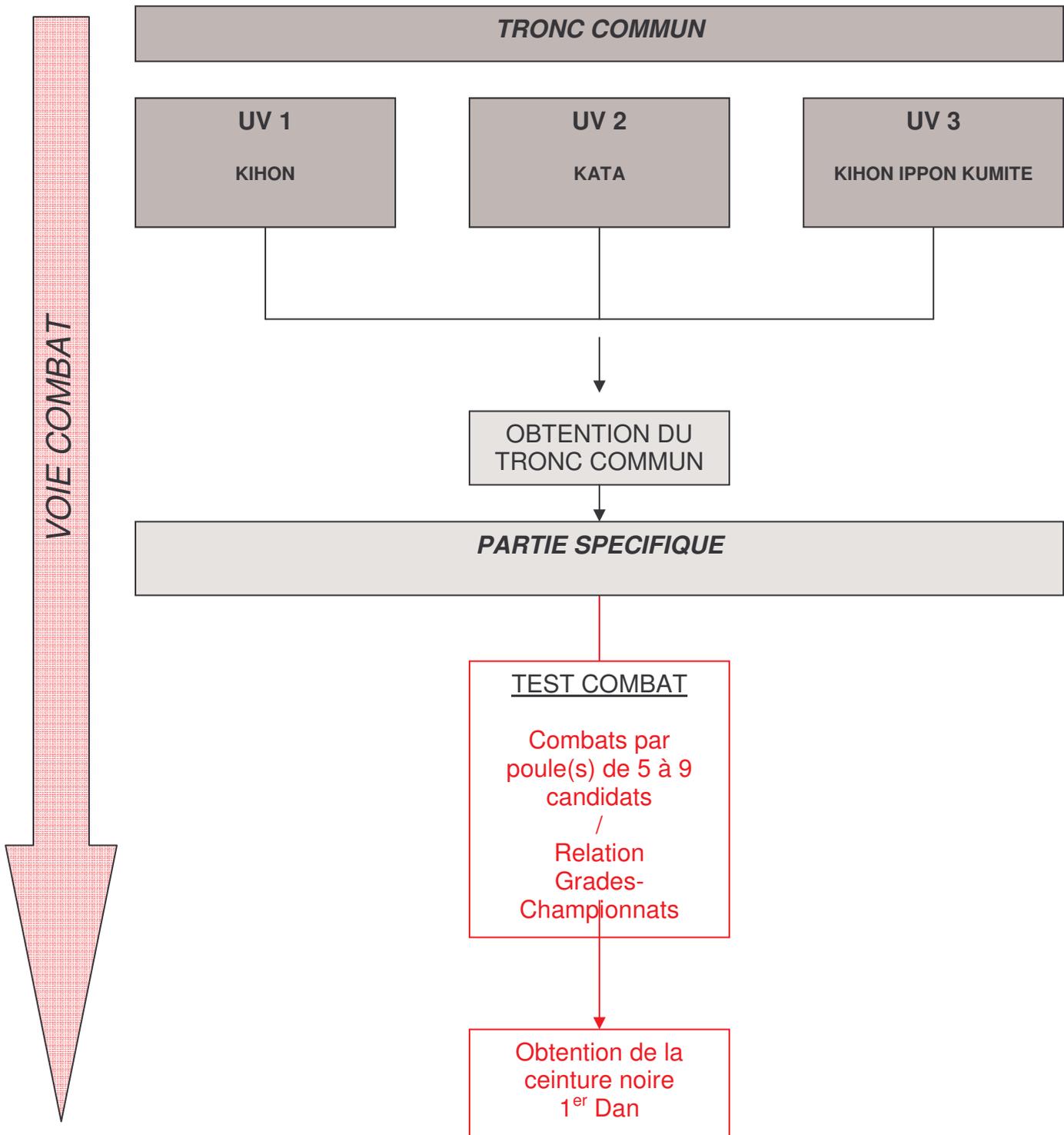
#### b-2) Ju Kunité (Annexe 2 §D)

Ce test est noté sur 20

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

Pour réussir le test traditionnel, le candidat devra obtenir 30 points/60.

## ORGANIGRAMME DU PASSAGE DE GRADE KARATE DO 1<sup>er</sup> DAN DE 14 A 16 ANS



## **Article 403 – EXAMEN POUR L’OBTENTION DU 2ème DAN**

Pour obtenir le 2<sup>ème</sup> Dan, le candidat devra :

- obtenir le tronc commun de l’examen,
- obtenir la partie spécifique de l’examen.

Il est nécessaire d’avoir obtenu le tronc commun pour pouvoir se présenter à la partie spécifique de l’examen.

Le tronc commun comporte 3 unités de valeurs (U.V.) : kihon, kata, kumité.

La partie spécifique de l’examen est constituée :

- soit d’un test combat (« voie combat »)
- soit d’un test traditionnel (assauts traditionnels et bunkaï, « voie traditionnelle »).

Un candidat ayant passé avec succès le tronc commun peut changer de voie.

### **Article 403-1 – Tronc commun**

#### **A. KIHON (Annexe 1)**

Ce test est Noté sur 20 points. Pour réussir ce test, il faut obtenir la note minimum de 10/20.

Il n’y a pas de différence fondamentale entre l’application du contenu du 1er Dan et celui du 2e 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.

#### **B. KATA (Annexe 3)**

Noté sur 20 points. Pour réussir ce test, il faut obtenir la note minimum de 10/20.

- 1 Kata libre noté sur 10 points. Ce kata est choisi dans la liste des katas du 2ème Dan fixée en annexe du présent règlement.
- 1 Kata imposé noté sur 10 points. Ce kata est tiré au sort parmi les autres katas de la liste des katas du 2ème Dan fixée en annexe du présent règlement

#### **C. KUMITE : Ippon Kumité (Annexe 2, §b)**

Ce test est noté sur 20 points.

Pour réussir ce test, il faut obtenir la note minimum de 10/20. A chaque fois, les attaques et les contre attaques devront être différentes. Le test sera composé des 6 attaques suivantes, exécutées d’abord à droite puis à gauche :

- 1 fois Oï Zuki Jodan,
- 1 fois Oï Zuki Chudan,

- 1 fois Maé Géri Chudan,
- 1 fois Mawashi Géri de la jambe avant,
- 1 fois Mawashi Géri de la jambe arrière,
- 1 fois Yoko Géri de la jambe arrière.

Le jury pourra demander des attaques supplémentaires dans la liste des techniques, fixée en annexe 1 du présent règlement.

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

#### Article 403-2 – Partie spécifique

##### A. TEST COMBAT (« voie combat »)

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

###### a) Le système par poule

Les candidats combattent par poule de 5 à 9. Il n'existe pas de catégorie de poids mais les poules sont constituées, dans la mesure du possible, de telle sorte que les écarts de poids entre les candidats ne soient pas trop importants.

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

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

Les protections sont obligatoires (voir règlement championnat, annexe 4 du présent règlement).

La Durée des combats est de 2 minutes (le chronomètre étant arrêté à chaque fois que l'arbitre annonce « yamé »).

Chaque candidat effectue 4 assauts. Le test est considéré comme acquis dans les cas suivants :

- 4 victoires,
- 3 victoires 1 nul,
- 3 victoires 1 défaite.

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

### b) Le système par "relation Grades-Championnats"

Les candidats pourront bénéficier des victoires acquises lors des championnats officiels (Ligue, inter régions, national). Chaque victoire obtenue sera comptabilisée jusqu'à l'obtention de 10 victoires. Seules seront comptabilisées les victoires acquises après l'obtention du tronc commun de l'examen de Dan considéré. Les finalistes (1er et 2ème) des Championnats de France (sauf Universitaire, Armée, Corporatif, Police) bénéficient à titre exceptionnel du test combat jusqu'à l'obtention du tronc commun. Les victoires obtenues en poule lors du passage de Dan et les victoires obtenues lors des compétitions officielles peuvent se cumuler.

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

## B. TEST TRADITIONNEL (« voie traditionnelle »)

Ce test sera constitué de deux parties :

- l'une portant sur les Bunkaï (applications).
- l'autre portant sur des formes de Kumité traditionnel qui ne figuraient pas au programme de l'U.V. Kumité du test technique :
- Jiyu Ippon Kumité (Assaut libre sur une attaque) ou Goshin Jutsu,
- Ju Kumité : Assaut souple,

### a) Bunkaï (applications)

Ce test est noté sur 20

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

### b) Kumité traditionnel

#### b-1) Jiyu Ippon Kumité ou Goshin Jutsu (karaté défense)

Les candidats auront la possibilité de choisir entre le Jiyu Ippon Kumité et le Goshin Jutsu (karaté défense) :

**Jiyu Ippon Kumité** - Ce test est noté sur 20.

L'attaque est libre, elle peut être effectuée à droite ou à gauche mais son niveau doit être annoncé (Jodan ou Chudan).

Après chaque attaque les candidats reprennent la position Hachi ji Dachi.  
Le nombre d'assauts est fixé à 5.  
Les critères de notation sont définis dans l'annexe 2, §C.

**Goshin Jutsu (karaté défense) – Ce test est noté sur 20**

La technique est libre, elle peut être effectuée à droite ou à gauche mais la série doit être annoncée :

Le nombre d'assauts est fixé à 5.

- SERIE 1
- SERIE 2

<b>SERIE N°1</b>	<b>SERIE N°2</b>
<p><b>Saisie des poignets :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- directe</li> <li>- croisée</li> <li>- double</li> </ul> <p><b>saisie du revers et du col :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- de face</li> <li>- de coté</li> <li>- arrière</li> </ul>	<p><b>Saisie avec les bras :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- face</li> <li>- coté</li> <li>- arrière (bras pris, bras libres)</li> </ul>

*Nota :* ce travail peut être effectué en statique ou en effectuant des déplacements.  
Dès que Tori se déplace et que celui-ci est à distance voulu, il engage sa technique d'attaque

**CRITERES DE NOTATIONS :**

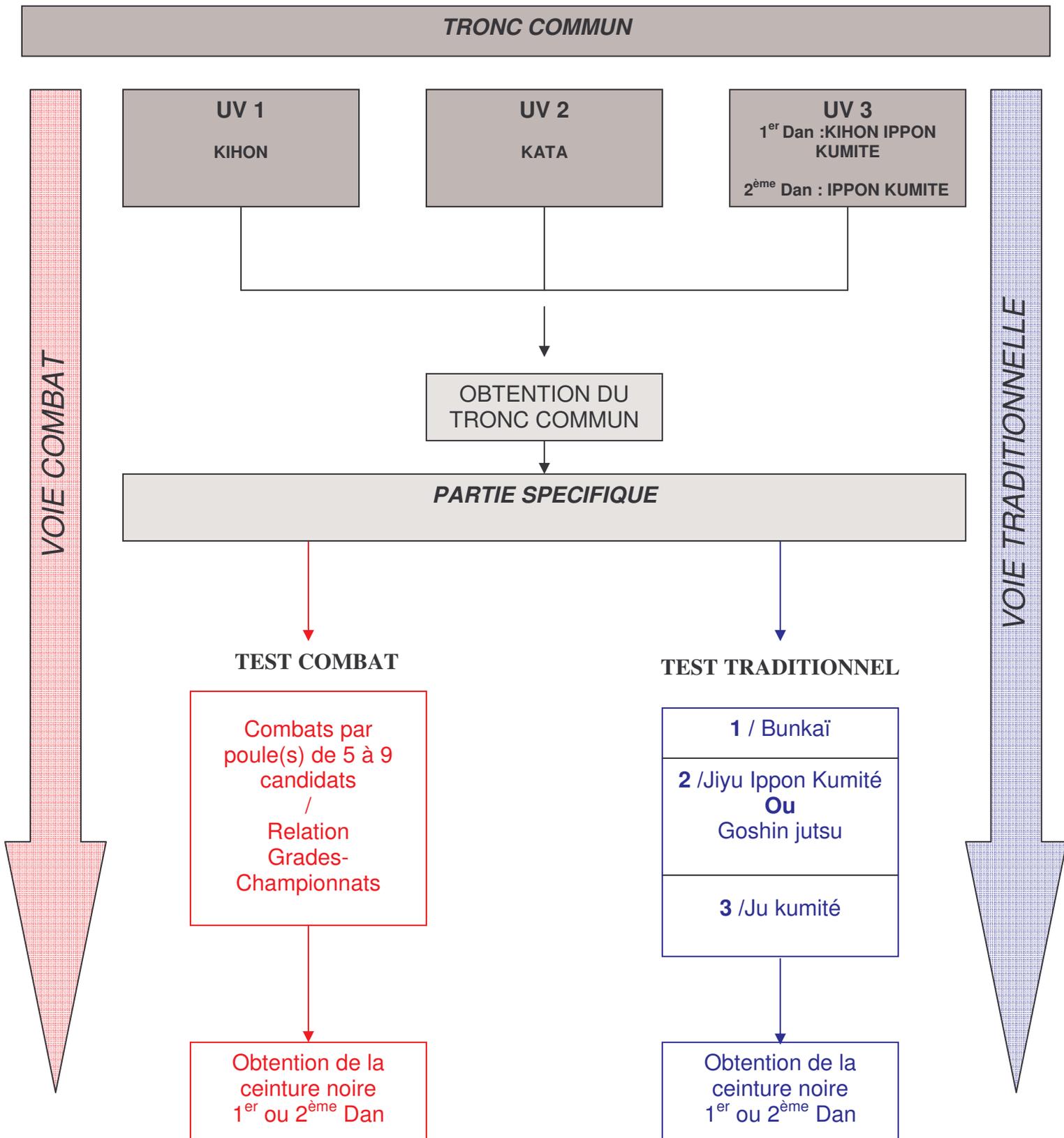
- attitude réaliste
- appréciation des distances (maaï)
- opportunité des contres et de leurs points d'appuis
- détermination concentration
- variétés des techniques
- respect du schéma imposé (technique de clef ou étranglement ou projection et de la mise à l'abandon)
- maîtrise de la technique et réception
- go no sen et sen non sen

**b-2) Ju Kunité (Annexe 2 §D)**

Ce test est noté sur 20. Il sera demandé 2 assauts souples afin d'examiner les qualités techniques des deux candidats. La durée de ces assauts sera déterminée par la table d'examen.

Pour réussir le test traditionnel le candidat devra obtenir 30 points/60.

**ORGANIGRAMME DU PASSAGE DE GRADE KARATE DO  
1<sup>er</sup> ET 2<sup>ème</sup> DAN POUR LES PLUS DE 16 ANS**



## **Article 404 – EXAMEN POUR L’OBTENTION DU 3<sup>ème</sup> DAN**

L’examen pour l’obtention du 3<sup>ème</sup> Dan est constitué de 3 unités de valeur : le kihon, le kata, le kumité. Le candidat doit obtenir la note minimale requise dans chacune des trois U.V. pour obtenir son grade.

### **A. KIHON**

Ce test est noté sur 20.

Pour réussir ce test, il faut obtenir la note minimum de 10/20. Le principe directeur est identique à celui du 1er et 2ème Dan (voir annexe 1). Le Kihon du 3ème Dan se caractérise en plus par les éléments suivants :

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

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

### **B. KATA**

Ce test est noté sur 60.

Pour réussir ce test il faut obtenir la note minimum de 30/60. Cette épreuve se compose de 3 notes :

- 1 Kata libre noté sur 20 points. Ce kata est choisi dans la liste des katas du 3ème Dan fixée en annexe du présent règlement.
- 1 Kata imposé noté sur 20 points. Ce kata est tiré au sort dans la liste des katas du 3ème Dan fixée en annexe du présent règlement.
- Un bunkai (applications) noté sur 20 points

Le candidat sera interrogé avec un partenaire (qu’il choisit parmi les candidats de son tableau) sur les techniques et séquences des Kata de sa liste. Le candidat doit pouvoir démontrer plusieurs applications. Les techniques et séquences seront déterminées par les membres du jury composant la table d’examen.

## C. KUMITE

Ce test en « JIYU IPPON KUMITE » est noté sur 20 points

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

Le nombre d'attaques est de 5 (au choix à droite ou à gauche).

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

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

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

Après chaque action, les candidats reprennent la position Hachi ji Dachi.

## **Article 405 – EXAMEN POUR L'OBTENTION DU 4<sup>ème</sup> DAN**

L'examen pour l'obtention du 4<sup>ème</sup> Dan est constitué de 3 unités de valeur : le kihon, le kata, le kumité. Le candidat doit obtenir la note minimale requise dans chacune des trois U.V. pour obtenir son grade.

### A. KIHON

Ce test est noté sur 20.

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

Le principe directeur est identique à celui défini dans les autres examens de Dan (Voir annexe 1 et Kihon du 3<sup>ème</sup> Dan).

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

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

### B. KATA

Ce test est noté sur 60 points.

Pour réussir ce test il faut obtenir la note minimum de 30/60.

Cette épreuve se compose de 3 notes :

- 1 Kata libre noté sur 20 points. Ce kata est choisi dans la liste des katas du 4<sup>ème</sup> Dan fixée en annexe du présent règlement.

- 1 Kata imposé noté sur 20 points. Ce kata est tiré au sort dans la liste des katas du 4ème Dan fixée en annexe du présent règlement.
- Bunkai (applications) noté sur 20 points

Le candidat sera interrogé avec un partenaire (qu'il choisit parmi les candidats de son tableau) sur les techniques et séquences des Kata de sa liste. Le candidat doit pouvoir démontrer plusieurs applications. Les techniques et séquences seront déterminées par les membres du jury composant la table d'examen.

### C. KUMITE

Ce test en « JIYU IPPON KUMITE » est noté sur 20 points.

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

Le nombre d'attaques est fixé à 5 (au choix à droite ou à gauche).

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

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

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

Après chaque action, les candidats reprennent la position Hachi ji Dachi.

## **Article 406 – EXAMEN POUR L'OBTENTION DU 5<sup>ème</sup> DAN**

L'examen pour l'obtention du 5<sup>ème</sup> Dan est constitué de 3 unités de valeur : le kihon, le kata, le kumité. Le candidat doit obtenir la note minimale requise dans chacune des trois U.V. pour obtenir son grade.

### A. KIHON

Ce test est noté sur 20 points.

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

Pour cette épreuve au 5ème Dan, les candidats passent un par un. Le candidat doit réaliser : un kihon libre, d'une durée maximale de 10 minutes, dont les techniques (choisies parmi les techniques fixées en annexe du présent règlement) sont proposées aux membres du jury par le candidat. Le candidat doit être capable d'expliquer les techniques de son kihon aux membres du jury.

## B. KATA

Ce test est noté sur 60 points.

Pour réussir ce test il faut obtenir la note minimum de 30/60.

Cette épreuve se compose de 3 notes :

- 1 Kata libre noté sur 20 points. Ce kata est choisi dans la liste des katas du 5ème dan fixée en annexe du présent règlement.
- 1 Kata imposé noté sur 20 points. Ce kata est tiré au sort dans la liste des katas du 5ème dan fixée en annexe du présent règlement.
- bunkai (applications) noté sur 20 points

Le candidat sera interrogé avec un partenaire (qu'il choisit parmi les candidats de son tableau) sur les techniques et séquences des Kata de sa liste. Le candidat doit pouvoir démontrer plusieurs applications. Les techniques et séquences seront déterminés par les membres du jury composant la table d'examen.

## C. KUMITE

Ce test en « JIYU IPPON KUMITE » est noté sur 20 points.

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

Le candidat se présente, avec un partenaire de son choix (qu'il choisit parmi les candidats de son tableau).

Le nombre d'attaques libres est fixé à six (à droite ou à gauche). Les mêmes principes que pour l'examen du 4ème Dan sont appliqués à la différence qu'après chaque action et réaction, les deux candidats reprennent leur distance et restent en position de combat.

De plus l'attaque comme la défense est à chaque fois variée selon les opportunités offertes.

Tous les paramètres relatifs au combat (sen no sen, go no sen) sont à démontrer.

## **Article 407 – EXAMEN POUR L'OBTENTION DU 6<sup>ème</sup> DAN**

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

### Article 407-1 - Soutenance du mémoire

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. La soutenance pourra éventuellement être effectuée en présence du directeur de mémoire.

A l'issue de la soutenance du mémoire, les membres du jury interrogent le candidat sur le contenu de son exposé.

## Article 407-2 - Test Technique

### A. KIHON

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 Karaté. Le candidat se présente avec un partenaire de son choix.

### B. KUMITE TRADITIONNEL

Ce test est noté sur 20 points.

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

Le candidat se présente avec un partenaire de son choix. Ce partenaire doit être âgé de plus de 18 ans et être ceinture noire 1er Dan minimum.

### C. KATA

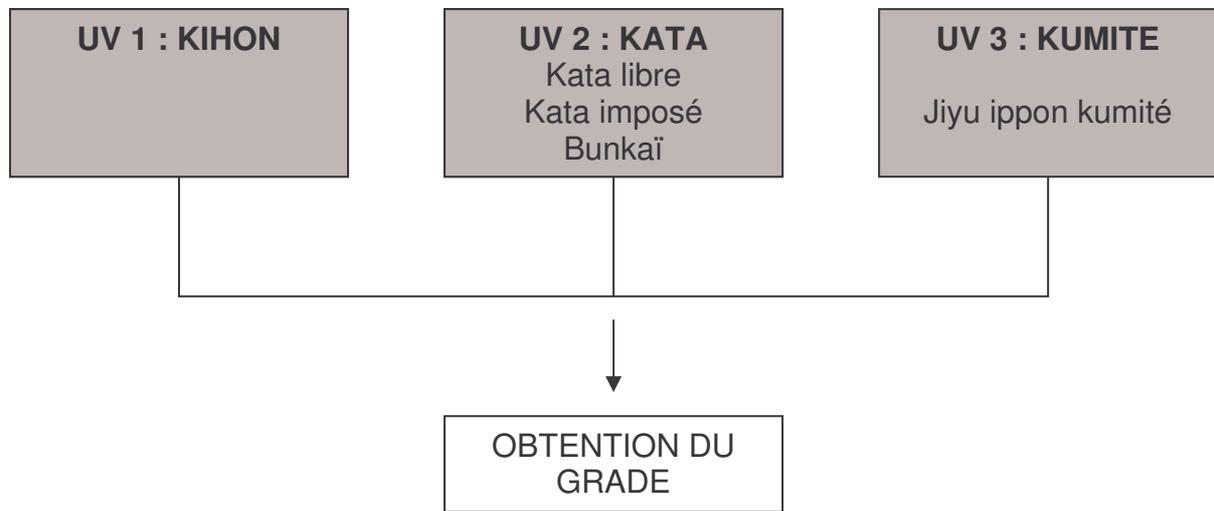
Ce test est noté sur 20 points.

Le candidat doit présenter deux Katas. Ces katas sont choisis dans la liste des katas officiels fixée en annexe du présent règlement.

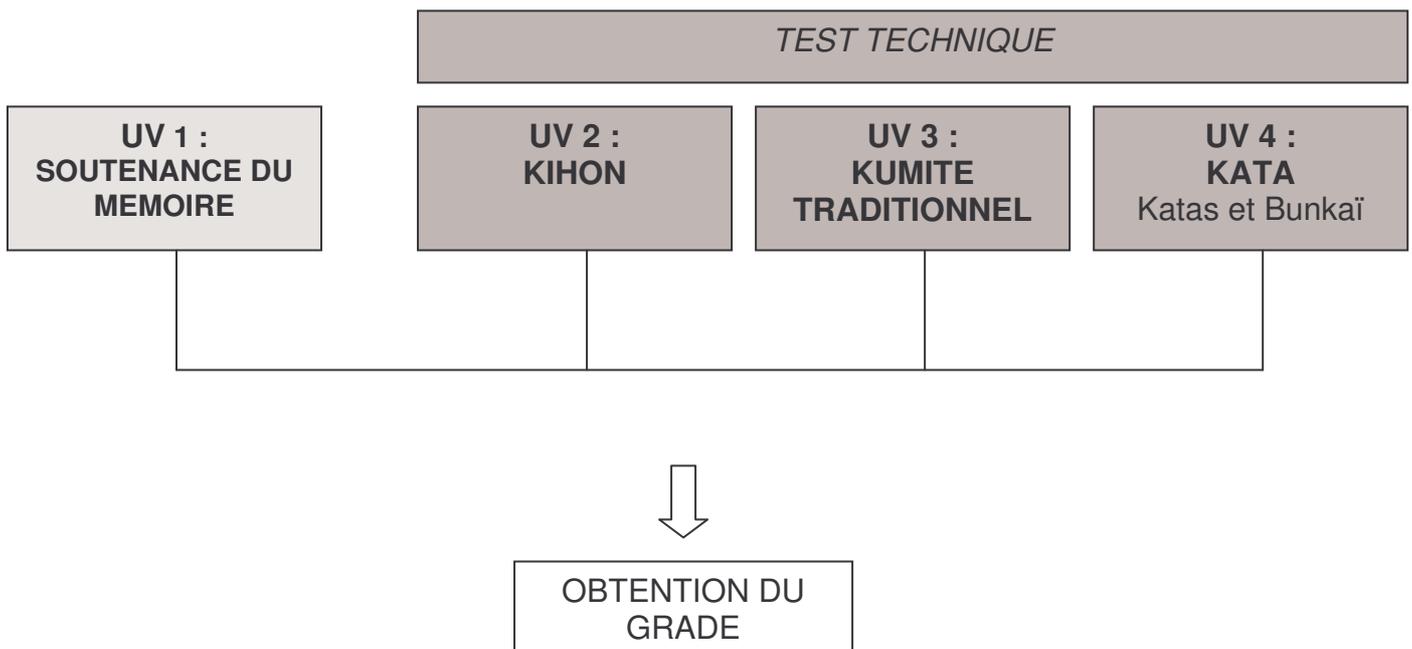
Il doit expliquer et démontrer les différentes techniques ou séquences de ces Kata (Bunkai) avec un partenaire de son choix. Ce partenaire doit être âgé de plus de 18 ans et être ceinture noire 1er Dan minimum.

*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.

## ORGANIGRAMME DU PASSAGE DE GRADE KARATE DO 3<sup>ème</sup> A 5<sup>ème</sup> DAN



## ORGANIGRAMME DU PASSAGE DE GRADE KARATE DO 6<sup>ème</sup> DAN



## CHAPITRE V

### PROGRAMME DES EXAMENS DE DAN ET GRADES EQUIVALENTS DE KARATE-JUTSU (TOUS STYLES)

---

#### **Article 501 – REGLES COMMUNES**

Jusqu'au 2<sup>ème</sup> Dan inclus, les passages de Dan et grades équivalents sont obligatoirement constitués d'un tronc commun qu'il est nécessaire d'obtenir pour pouvoir accéder à la partie spécifique de l'examen. Le tronc commun est composé de trois unités de valeur (U.V.) : kihon, kumité et kata.

Pour obtenir le tronc commun, il faut obtenir la note minimale requise dans chacune des 3 U.V. Le passage du 3<sup>ème</sup>, 4<sup>ème</sup> et 5<sup>ème</sup> Dan est composé de 3 unités de valeur.

Pour l'ensemble des examens, chaque U.V. est acquise définitivement pour le candidat ayant obtenu la note minimale requise.

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

- au premier passage le candidat doit présenter toutes les U.V.
- en cas d'échec total ou partiel, il doit présenter l'ensemble des U.V. qui lui manquent.

Pour le 6<sup>ème</sup> Dan, l'examen est constitué de 4 unités de valeur (UV : soutenance de mémoire, kata, kihon, kumité). Pour obtenir le 6<sup>ème</sup> Dan, il faut obtenir la note minimale requise dans chacune des 4 U.V.

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

*Nota :*

- *Le règlement et le contenu de l'examen sont identiques pour les hommes et les femmes,*
- *Le jury tiendra compte de l'âge du candidat dans l'évaluation de la prestation technique,*
- *Le nombre d'années requis entre chaque grade est indiqué Dans le tableau récapitulatif Temps - Age – Bonification (annexe n°7),*
- *Lors des tests combats, seuls sont autorisés les surclassements permis par les règlements FF Karaté,*
- *L'ensemble des examens se déroule à huis clos.*

## Article 502– EXAMEN DE 1er ET 2ème DAN

Pour le premier et le deuxième Dan, en fonction de son âge, le candidat doit choisir entre deux formes d'examen :

- La voie « traditionnelle » constituée d'un test technique (tronc commun karaté-jutsu) puis du programme spécifique : cette voie n'est ouverte qu'aux candidats âgés de plus de 16 ans.
- La voie « combat » constituée d'un test technique (tronc commun karaté-jutsu) puis d'un test combat : cette voie n'est ouverte qu'aux candidats âgés de 14 à 16 ans.

Les victoires obtenues resteront néanmoins acquises et le test sera considéré comme réussi lorsque le candidat totalisera 10 victoires obtenues dans plusieurs « poules combat ».

### Article 502-1 – Tronc commun (voies « traditionnelle » et « combat »)

Le tronc commun est applicable à tous les styles/écoles de karaté-jutsu.

Le candidat doit obtenir la validation du tronc commun afin d'accéder à la partie spécifique (« programme spécifique » ou « test combat » en fonction de la voie qu'il a choisie).

Le tronc commun est composé de 3 Unités de Valeur : Kihon, Kihon Ippon Kumite et Kata.

Pour obtenir le tronc commun karaté-jutsu, il est nécessaire d'obtenir la note minimale de 10/20 dans chacune des 3 UV.

### A. KIHON

Le candidat est interrogé sur tout le programme technique de sa discipline. En Karaté-jutsu, la spécificité des styles/écoles est préservée néanmoins les critères exprimés ci-dessous doivent être respectés.

Le Kihon comportera exclusivement :

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

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

Les candidats sont jugés d'après les critères suivants :

- Équilibre et stabilité,
- Aisance des déplacements,

- Puissance et vitesse d'exécution,
- Bonne attitude corporelle,
- Détermination.

## B. KIHON IPPON KUMITE

Il est composé des 5 attaques :

- Oi Zuki Jodan,
- Oi Zuki Chudan,
- Maé Géri Chudan,
- Mawashi Géri Jodan ou Chudan,
- Yoko Kékomi Chudan.

Chacune de ces attaques est exécutée une fois à droite et une fois à gauche. Les candidats inverseront les rôles lorsque toutes les attaques auront été réalisées par Tori.

C'est un assaut fondamental basé sur une attaque contrée par une seule défense et/ou contre attaque (uniquement par atemi).

Cet assaut, dans la forme commune à tous les styles, 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 Hachi ji Dachi en écartant successivement le pied gauche et le pied droit afin de rester dans l'axe,
- Tori se met en garde en reculant la jambe droite,
- Uke devra trouver la distance par rapport à l'attaque de Tori,
- Tori annonce son attaque et, après un moment de concentration, lance celle-ci avec le plus de conviction et de détermination possible,
- La défense et la contre attaque de Uke sont libres mais sont réalisées uniquement par atemi.

En fonction de la spécificité de son style/école de karaté-jutsu, Uke devra rester un instant sur sa technique de contre-attaque afin de bien la définir ou bien, il pourra le cas échéant bien marquer la définition de son contre et récupérer le Maaï (distance) dans le retrait de sa technique.

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

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

## C. KATA

Dans le tronc commun karaté-jitsu, le candidat exécute seul un kata de son style/discipline de son choix. A défaut de kata exécuté seul dans son style/discipline, le candidat peut exécuter un kata de karaté-do de son choix figurant dans la liste officielle (annexe 6).

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

Il est primordial de ne jamais oublier qu'un Kata n'est pas un simple exercice de style.

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

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

### Article 502-2 – Partie spécifique

#### A. Voie traditionnelle

Celle-ci est définie par chaque style/école de karaté-jitsu. Elle comporte les épreuves suivantes :

- Un programme imposé avec partenaire
- Une épreuve technique avec partenaire, avec ou sans arme
- Une épreuve « combat » avec ou sans arme
- Un kata imposé (ou une forme de travail exécuté seul)

La durée des épreuves de cette partie spécifique ne peut excéder 15 minutes par candidat.

#### B. Voie combat : test combat

Pour les candidats ayant choisi la voie « combat », il est nécessaire d'être reçu au tronc commun pour se présenter au test combat. Pour réussir ce test, deux possibilités s'offrent aux candidats :

#### a) Le système par poule

Les candidats combattent par poule de 5 à 9. Il n'existe pas de catégorie de poids mais les poules sont constituées, dans la mesure du possible, de telle sorte que les écarts de poids entre les candidats ne soient pas trop importants.

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

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

La durée des combats est de 2 minutes (le chronomètre étant arrêté à chaque fois que l'arbitre annonce « yamé »).

Chaque candidat effectue 4 assauts. Le test est considéré comme acquis dans les cas suivants :

- 4 victoires,
- 3 victoires, 1 nul,
- 3 victoires, 1 défaite.

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

#### b) Le système par "relation Grades-Championnats"

Les candidats ayant réussi leur test technique pourront bénéficier des victoires acquises lors des championnats officiels (ligue, interrégions, national). Chaque victoire obtenue sera comptabilisée jusqu'à l'obtention de 10 victoires. Seules seront comptabilisées les victoires acquises après l'obtention du tronc commun de l'examen de Dan considéré. Les finalistes (1er et 2ème) des Championnats de France (sauf Universitaire, Armée, Corporatif, et Police) bénéficient à titre exceptionnel du test combat jusqu'à l'obtention du tronc commun. Les victoires obtenues en poule lors du passage de Dan et les victoires obtenues lors des compétitions officielles peuvent se cumuler.

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

**ORGANIGRAMME DU PASSAGE DE GRADE  
KARATE JUTSU  
DU 1<sup>er</sup> DAN DE 14 A 16 ANS**

**TRONC COMMUN KARATE JUTSU**

UV 1  
KIHON

UV 2  
KATA

UV 3  
KIHON IPPON KUMITE

OBTENTION DU  
TRONC COMMUN  
KARATE JUTSU

**PARTIE SPECIFIQUE**

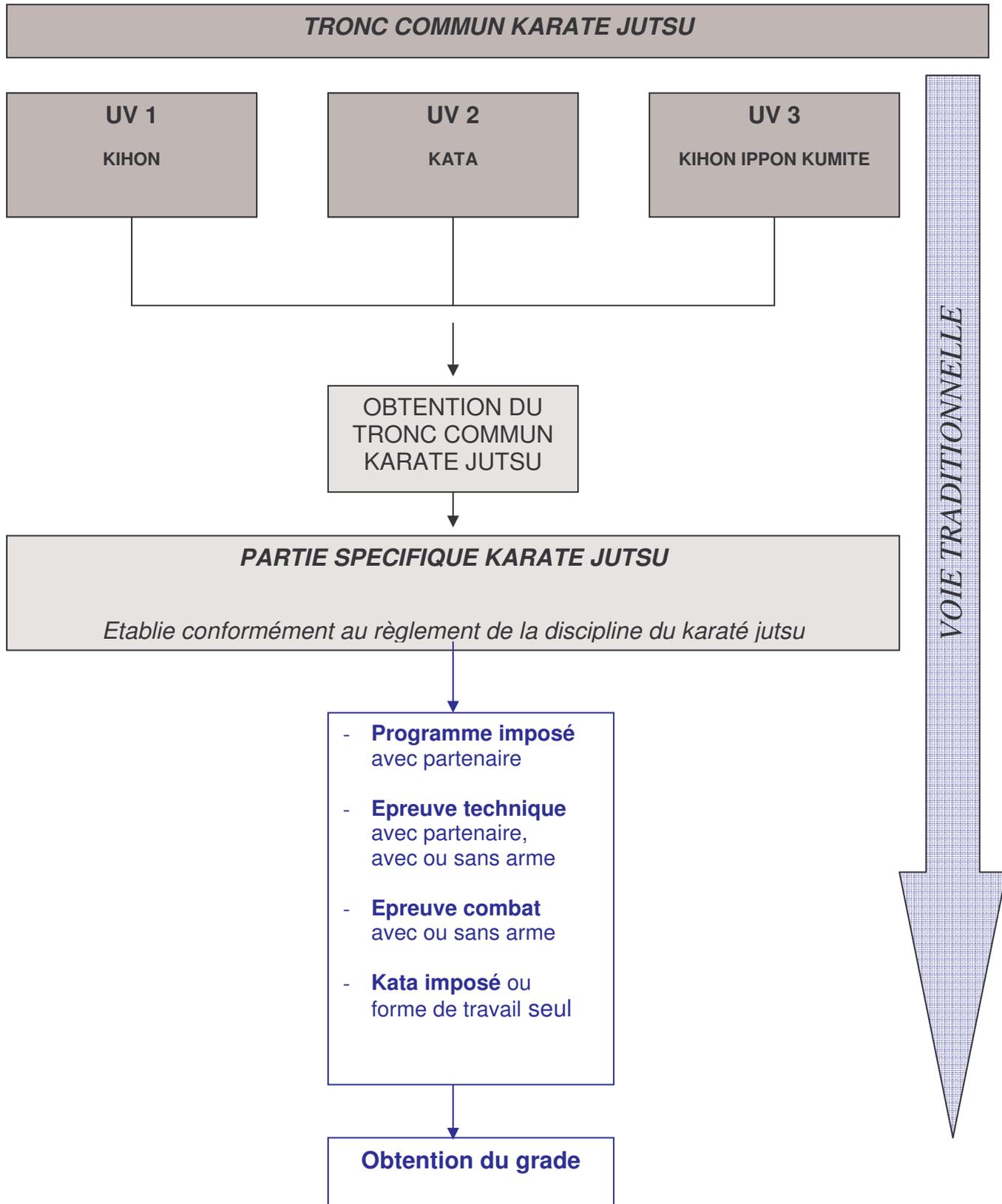
TEST COMBAT

Combats par poule(s)  
de 5 à 9 candidats  
/  
Relation  
Grades-Championnats

Obtention de la  
ceinture noire  
1<sup>er</sup> Dan

VOIE COMBAT

**ORGANIGRAMME DU PASSAGE DE GRADE  
KARATE JUTSU DU 1<sup>er</sup> AU 2<sup>ème</sup> DAN  
POUR LES PLUS DE 16 ANS**



## **Article 503 – EXAMENS DU 3<sup>ème</sup> AU 5<sup>ème</sup> DAN (INCLUS)**

Au delà du 2<sup>ème</sup> Dan, les candidats devront passer avec succès le tronc commun avant d'accéder à la partie spécifique (programme de la voie traditionnelle).

### **Article 503-1 – Tronc commun**

Le tronc commun est applicable à tous les styles/écoles de karaté-jutsu.

Le candidat doit obtenir la validation du tronc commun afin d'accéder à la partie spécifique (« programme spécifique »).

Le tronc commun est composé de 3 Unités de Valeur : Kihon, Kihon Ippon Kumite et Kata.

Pour obtenir le tronc commun karaté-jutsu, il est nécessaire d'obtenir la note minimale de 10/20 dans chacune des 3 UV.

### **A. KIHON**

Le candidat est interrogé sur tout le programme technique de sa discipline. En Karaté-jutsu, la spécificité des styles/écoles est préservée néanmoins les critères exprimés ci-dessous doivent être respectés.

Le Kihon comportera exclusivement :

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

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

Les candidats sont jugés d'après les critères suivants :

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

### **B. KIHON IPPON KUMITE**

Il est composé des 5 attaques :

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

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

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

C'est un assaut fondamental basé sur une attaque contrée par une seule défense et/ou contre attaque (uniquement par atemi).

Cet assaut, dans la forme commune à tous les styles, 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 Hachi ji Dachi en écartant successivement le pied gauche et le pied droit afin de rester dans l'axe,
- Tori se met en garde en reculant la jambe droite,
- Uke devra trouver la distance par rapport à l'attaque de Tori,
- Tori annonce son attaque et, après un moment de concentration, lance celle-ci avec le plus de conviction et de détermination possible,
- La défense et la contre attaque de Uke sont libres.

En fonction de la spécificité de son style/école de karaté-jutsu, Uke devra rester un instant sur sa technique de contre-attaque afin de bien la définir ou bien, il pourra le cas échéant bien marquer la définition de son contre et récupérer le Maaï (distance) dans le retrait de sa technique.

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

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

## C. KATA

Dans le tronc commun karaté-jutsu, le candidat exécute seul un kata de son style/discipline de son choix. A défaut de kata exécuté seul dans son style/discipline, le candidat peut exécuter un kata de karaté-do de son choix figurant dans la liste officielle (annexe 6)

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

Il est primordial de ne jamais oublier qu'un Kata n'est pas un simple exercice de style.

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

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

#### Article 503-2 – Partie spécifique (voie traditionnelle uniquement)

Celle-ci est définie par chaque style/école de karaté-jutsu. Elle comporte les épreuves suivantes :

- Un programme imposé avec partenaire
- Une épreuve technique avec partenaire, avec ou sans arme
- Une épreuve « combat » avec ou sans arme
- Un kata imposé (ou une forme de travail exécuté seul)

La durée des épreuves de cette partie spécifique ne peut excéder 15 minutes par candidat.

#### **Article 504 – EXAMEN POUR L'OBTENTION DU 6<sup>ème</sup> DAN**

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

##### Article 504-1 - Soutenance du mémoire

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. La soutenance pourra éventuellement être effectuée en présence du directeur de mémoire.

A l'issue de la soutenance du mémoire, les membres du jury interrogent le candidat sur le contenu de son exposé.

##### Article 504-2 - Test Technique

###### A. KIHON

Ce test est noté sur 20 points.

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

B. KUMITE TRADITIONNEL

Ce test est noté sur 20 points.

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

Le candidat se présente avec un partenaire de son choix. Ce partenaire doit être âgé de plus de 18 ans et être ceinture noire 1er Dan minimum.

C. KATA

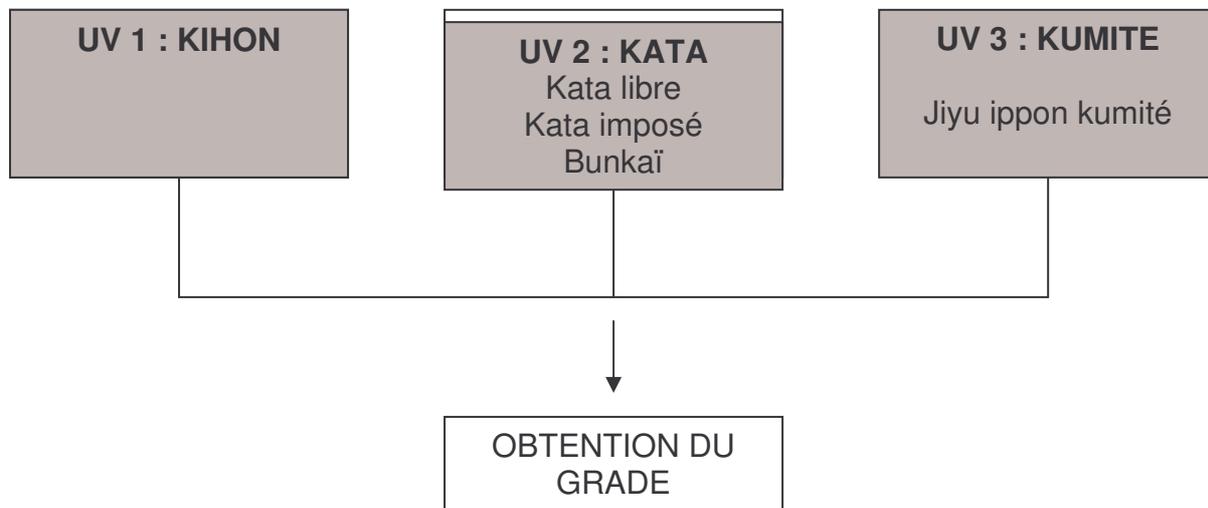
Ce test est noté sur 20 points.

Le candidat doit présenter deux Katas. Ces katas sont choisis dans la liste des katas officiels fixée en annexe du présent règlement.

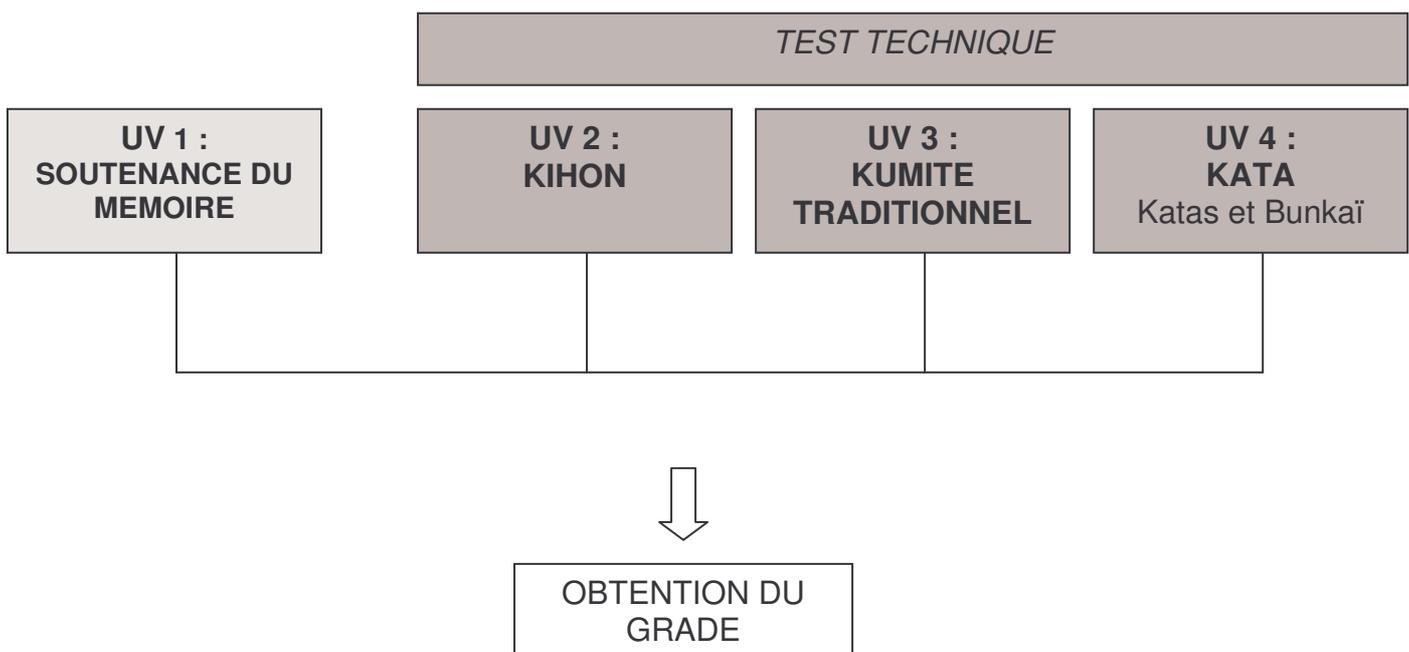
Il doit expliquer et démontrer les différentes techniques ou séquences de ces Kata (Bunkai) avec un partenaire de son choix. Ce partenaire doit être âgé de plus de 18 ans et être ceinture noire 1er Dan minimum.

*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.

**ORGANIGRAMME DU PASSAGE DE GRADE KARATE JUTSU  
3<sup>ème</sup> A 5<sup>ème</sup> DAN**



**ORGANIGRAMME DU PASSAGE DE GRADE KARATE JUTSU  
6<sup>ème</sup> DAN**



## ANNEXES

---

### ANNEXE I - KIHON : LA TECHNIQUE DE BASE

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

Le Kihon comporte :

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

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

Les candidats sont évalués d'après les critères suivants :

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

## PROGRAMME TECHNIQUE OFFICIEL

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

<b>POSITIONS : DACHI</b>	
HEISOKU DACHI	Debout les pieds l'un contre l'autre
MUSUBI DACHI	Debout, talons joints, pointe des pieds écartés
REINOJI DACHI	Debout un pied devant l'autre formant un L
TEĪJI DACHI	Debout un pied devant l'autre formant un T
HEIKO DACHI	Debout pieds écartés et parallèles
HACHIJI DACHI	Debout pieds pointés vers l'extérieur écartés de la largeur des hanches
UCHI HACHIJI DACHI	Pieds pointés vers l'intérieur
ZENKUTSU DACHI	Fente avant : jambe avant fléchie, jambe arrière tendu
KOKUTSU DACHI ou HANMI NO NEKO ASHI DACHI	Fente arrière 70% du poids du corps sur la jambe arrière
KIBA DACHI	Position du cavalier
SHIKO DACHI	Position du sumotori
FUDO DACHI	Position équilibrée de combat (entre Zenkutsu et Kokutsu)
NEKO ASHI DACHI	Position du chat
KOSA DACHI ou KAKE DACHI	Position pieds croisés
MOTO DACHI	Position fondamentale (petit Zenkutsu)
SANCHIN DACHI	Position dit du "Sablier" ou des 3 centres
HANGETSU DACHI ou SEISHAN DACHI	Position du sablier élargie
TSURU ASHI DACHI ou SAGI ASHI DACHI	Debout sur une jambe

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

<b>TECHNIQUES DE DEFENSE : UKE WAZA</b>	
GEDAN BARAI	Défense basse par un mouvement de balayage avec le bras
JODAN AGE UKE	Défense haute par un mouvement remontant avec le bras
SOTO UDE UKE	Défense avec le bras dans un mouvement de l'extérieur vers l'intérieur
UCHI UDE UKE	Défense avec le bras dans un mouvement de l'intérieur vers l'extérieur
SHUTO UKE	Défense avec le tranchant de la main
OSAE UKE	Défense par pression ou immobilisation avec la main
HAISHU UKE	Défense avec le dos de la main
TEISHO UKE	Défense avec la paume
JUJI UKE ou KOSA UKE	Défense double avec les deux bras croisés
KAKIWAKE UKE	Défense double en écartant
MOROTE UKE	Défense double, bras arrière en protection
HEIKO UKE	Défense double avec les deux bras parallèles
SUKUI UKE	Défense en puisant
NAGASHI UKE	Défense brossée en accompagnant l'attaque avec la main ou le bras
OTOSHI UKE	Défense en frappant avec l'avant bras vers le bas
KOKEN UKE	Défense avec le poignet

<b>ATTAQUES DIRECTES DE POING : TSUKI WAZA</b>	
CHOKU ZUKI	Coup de poing fondamental
GYAKU ZUKI	Coup de poing avec le bras inverse à la jambe avancée
OÏ ZUKI ou JUN ZUKI	Coup de poing en poursuite avec un pas
MAETE ZUKI	Coup de poing avec le poing avant
KIZAMI ZUKI	Coup de poing avec le poing avant en effaçant le buste
NAGASHI ZUKI	Coup de poing avec le poing avant en esquivant
TATE ZUKI	Coup de poing avec le poing vertical
URA ZUKI	Coup de poing, paume tournée vers le haut
KAGI ZUKI	Coup de poing en crochet
MAWASHI ZUKI ou FURI ZUKI	Coup de poing circulaire
YAMA ZUKI	Coup de poing double, simultanément joDan et geDan
MOROTE ZUKI	Coup de poing double au même niveau
NUKITE	Attaque directe en pique de main
AGE ZUKI	Coup de poing remontant

<b>TECHNIQUES DE PERCUSSION : UCHI WAZA</b>	
URAKEN UCHI	Attaque circulaire avec le dos du poing
SHUTO UCHI	Attaque circulaire avec le tranchant de la main
TETSUI UCHI	Attaque circulaire avec la main en marteau, éminence d'hypothénar
ENPI UCHI ou HIJI UCHI	Attaque avec le coude
HAÏTO UCHI	Attaque avec le tranchant interne de la main (Côté pouce)
TEISHO UCHI	Attaque avec la paume
KOKEN UCHI	Attaque avec le dessus poignet
HAÏSHU UCHI	Attaque avec le dos de la main

<b>ATTAQUES DE PIEDS : KERI WAZA</b>	
MAE GERI	Coup de pied de face
MAWASHI GERI	Coup de pied circulaire (fouetté)
YOKO KEKOMI	Coup de pied latéral défonçant (Chassé)
YOKO KEAGE	Coup de pied latéral remontant
MIKAZUKI GERI	Coup de pied en croissant
URA MIKAZUKI GERI	Coup de pied en croissant inverse
USHIRO GERI	Coup de pied vers l'arrière
FUMIKOMI	Coup de pied écrasant
FUMIKIRI	Coup de pied bas (dans l'idée de couper)
TOBI GERI	Coup de pied sauté
ASHI BARAI	Balayage
URA MAWASHI GERI	Coup de pied en revers tournant
USHIRO MAWASHI BARAI	Balayage tournant par l'arrière
HIZA OU HITSUI GERI	Coup de genou
NAMI GAESHI	Coup de pied en vague (mouvement remontant avec la plante du pied)
KAKATO GERI	Coup de talon de haut en bas

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

## ANNEXE II - KUMITE : ASSAULTS CONVENTIONNELS

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

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

### A. KIHON IPPON KUMITE

Assaut fondamental basé sur une attaque contrée par une seule défense et/ou contre attaque.

Nous retiendrons la forme qui est commune à tous les styles. Cet assaut se déroule de la manière suivante :

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

Après s'être salués, les deux candidats se mettent en Hachi ji Dachi en écartant successivement le pied gauche et le pied droit afin de rester dans l'axe,

Tori se met en garde en reculant la jambe droite.

Uke devra trouver la distance par rapport à l'attaque de Tori. Tori annonce son attaque et, après un moment de concentration, la lance avec le plus de conviction et de détermination possible.

La défense et la contre attaque de Uke sont libres.

Uke devra rester un instant sur sa technique de contre-attaque afin de bien la définir.

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

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

### B. IPPON KUMITE

L'IPPON KUMITE est la forme de kumité dans laquelle Tori et Uke sont en garde (position Fudo Dachi). La défense et le contre de Uke sont libres. Après chaque contre-attaque ; Uke doit récupérer son Maaï.

## CRITERES DE NOTATION

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

### C. JIYU IPPON KUMITE

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

Pour les examens de 1er Dan, la technique et son niveau sont annoncés par Tori. Pour le 2ème Dan, Tori annonce uniquement le niveau de l'attaque. Au-delà du 2ème Dan, Tori ne fait aucune annonce. L'attaquant (Tori) et le défenseur (Uke) sont désignés d'avance. L'exercice se déroule de la manière suivante :

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

Le nombre d'attaques, fixé par le jury, peut varier entre trois et six.

Du 1er au 4ème Dan, Tori et Uke reviennent en position hachi ji dachi après chaque échange. A partir du 5ème Dan, Tori et Uke restent en garde après chaque échange et reprennent leur Maai. L'exercice terminé, ils se saluent et inversent les rôles.

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

## CRITERES DE NOTATION

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

- Aisance dans les déplacements : ces déplacements ne sont pas des sautilllements à l'instar des pratiques de combat, mais des déplacements permettant au jury de

juger la maîtrise du MAAÏ de chacun des combattants. Ces déplacements utilisés sont des déplacements de base tel que : Yori Ashi, Tsugi Ashi, Ayumi Ashi, etc.

- Puissance et détermination des attaques et des défenses
- Stabilité et équilibre dans l'attaque et la contre-attaque.
- Maîtrise et précision des techniques
- Tori ne doit pas s'approcher trop près de Uke pour déclencher son attaque. Une distance trop réduite autoriserait Uke à contrer et ceci même si Tori n'a pas encore attaqué.
- Uke ne doit pas refuser le combat en reculant systématiquement ou en prenant une garde telle que l'attaque soit difficile à réaliser.
- Les défenses et les contre attaques doivent démontrer la maîtrise par les candidats de deux notions fondamentales du karaté : Go no Sen et Sen non Sen.
- Recherche de l'opportunité
- Kimée (esprit de décision, précision et efficacité extrême)
- Zanshin (vacuité mentale et concentration). La concentration doit être maintenue durant tout l'exercice, et avec la même intensité aussi bien avant qu'après l'attaque (ou la défense).

#### D. JU KUMITE

Le Ju Kumité est un assaut libre et souple non réglementé. Sous forme d'entraînement, il est un moyen pédagogique de préparation au combat ou à l'assaut libre. Pour l'examen de Dan, il permet de juger la maîtrise technique des postulants ayant choisi la voie traditionnelle. Il faut impérativement distinguer cet exercice à deux d'un combat libre ou arbitré. Sa durée est de deux minutes pour les examens de 1er Dan. Pour les examens de 2ème Dan, la durée des assauts est déterminée par la table d'examen.

#### *CRITERES DE NOTATION*

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

## ANNEXE III - KATA : FORME FONDAMENTALE OU CONVENTIONNELLE

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

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

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

### *CRITERES DE NOTATION DU KATA*

#### **- La présentation**

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

#### **- Le cérémonial et l'étiquette**

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

#### **- La concentration**

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

#### **- L'équilibre et la stabilité**

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

#### **- Le rythme et le tempo**

Les techniques enchaînées, les mouvements lents (s'ils existent dans le Kata présenté), les temps morts devront être placés de manière judicieuse tandis que les Kiaï devront être placés selon les normes communément acceptées.

#### **- La puissance**

Les techniques doivent dégager une impression d'efficacité.

#### **- Le regard**

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

### **- La respiration et le Kiaï**

La respiration est le support de l'énergie, elle conditionne les moments de force et de faiblesse de notre organisme.

Elle doit être correctement synchronisée avec les techniques, sauf pour certains Kata dit "respiratoires", elle est inaudible. Un Kata comporte suivant les styles un, deux en général voire trois expirations sonores (Kiaï) qui expriment un dégagement maximum d'énergie.

### **- Le respect des techniques et du diagramme original du Kata**

Le Kata est exécuté dans sa forme originale, c'est-à-dire en respectant les positions, les techniques et les directions préconisées par le style ou l'école auquel se réfère le candidat.

Pour le premier et le deuxième Dan de karaté do, les candidats doivent se référer aux Kata officiels retenus au sein du présent règlement. Pour les autres grades, seules les variations très minimales sont tolérées, le jury se réservant le droit d'interroger le candidat sur l'origine de la variante. Les autres interprétations seront considérées comme des erreurs.

En karaté jitsu, pour l'ensemble des grades, seules des variantes très minimales des katas de style ou d'école sont tolérées. Le jury se réservera le droit d'interroger le candidat sur l'origine de la variante. Les autres interprétations seront considérées comme des erreurs.

### **- Les erreurs**

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

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

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

*CRITERES DE NOTATION DES BUNKAI* (Application des techniques ou séquences du Kata).

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

Le candidat doit parfaitement connaître les explications techniques et les applications se rattachant aux différents Kata de la liste correspondante au Dan présenté. A partir

de l'examen de 3ème Dan et au-dessus, un manque à ce niveau sera considéré comme une erreur grave.

## ANNEXE IV - TEST COMBAT

### Principe général

A l'exception des règles spécifiques aux passages de grades de Karaté exposées ci-après, les règles sont celles des règlements de compétition de la Fédération Française de Karaté de septembre 2002.

### Article 1 – Durée du combat

La durée des combats est limitée à 2 minutes.

Les combats se dérouleront par Poules.

Le combat sera terminé dès lors qu'un des combattants aura obtenu 3 points (soit par cumul, soit directement).

### Article 2 – Score

Les points accordés sont les suivants :

- Ippon : 1 point
- Nihon : 2 points
- Sanbon : 3 points

Les points sont accordés d'après les critères suivants :

- Bonne forme
- Attitude correcte
- Grande vigueur d'application
- Vigilance (Zanshin)
- Bon timing
- Distance correcte

**SANBON** (trois points) est accordé pour :

- Coups de pieds JODAN
- Projections ou balayage de jambe suivis par une technique qui marque

**NIHON** (deux points) est accordé pour :

- Coups de pied CHUDAN
- Coups de poing dans le dos
- Combinaison de techniques de poing, dont chacune marque selon sa propre valeur
- Déséquilibrer l'adversaire et le marquer par une technique de poing

**IPPON** (un point) est accordé pour :

- CHUDAN ou JODAN TSUKI
- UCHI

VOCABULAIRE	CRITERES DE TECHNIQUE
<b>SANBON (3 points)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- toutes les formes de coups de pieds devront être effectives, parfaitement exécutées et maîtrisées.</li> <li>- Le balayage ou la projection est une technique maîtrisée durant l'action. Après le balayage ou la projection au sol, la technique de contre doit être effective et exécutée avant que l'arbitre n'arrête le match. Une durée de 2 à 3 secondes est accordée pour marquer. Cette action doit être correctement exécutée sur le point rival.</li> </ul>
<b>NIHON (2 points)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- les coups de pieds peuvent être exécutés de face ou de côté, la technique doit être effective.</li> <li>- les coups de poing dans le dos ou derrière la tête se marquent sur faute d'inattention de l'adversaire. En contre, il faut faire pivoter l'adversaire sur lui-même. Les techniques dans le dos peuvent être marquées soit après une esquive (taisabaki), soit après balayage pivotant sans chute au sol.</li> <li>- deux techniques de poing enchaînées et effectives sont comptabilisées.</li> <li>- le regard devra être dirigé vers l'adversaire, l'attaquant ne devra pas tourner la tête.</li> <li>- Après l'exécution de la technique, l'attaquant ne devra pas tourner le dos à son adversaire et devra maintenir une attitude vigilante (Zanshin).</li> </ul>
<b>IPPON (1 point)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Les techniques marquant ippon doivent être exécutées avec une bonne forme et sans déséquilibre.</li> <li>- le regard devra être dirigé vers l'adversaire, l'attaquant ne devra pas tourner la tête.</li> <li>- Après exécution de la technique, l'attaquant ne devra pas tourner le dos à son adversaire et devra maintenir une attitude vigilante (Zanshin).</li> </ul>

### Article 3 – Comportements interdits

#### Catégorie 1 :

- Les techniques suivantes qui ont un contact excessif en fonction de l'endroit attaqué ainsi que les techniques qui entrent en contact avec la gorge.
- Les attaques aux bras ou aux jambes, attaques à l'aîne, aux articulations et au cou-de-pied.
- Les attaques au visage avec des techniques de mains ouvertes.
- Les projections jugées dangereuses ou interdites qui occasionnent une blessure.

CATEGORIE 1 - CONTACTS		
1er avertissement	CHUKOKU	Pas de point
2è avertissement	CHUKOKU	Pas de point
3è avertissement	KEIKOKU	1 point (Ippon) à l'adversaire
4è avertissement	HANSOKU	Disqualification → victoire

Toutes les pénalités peuvent être imposées directement sans qu'il y ait eu un avertissement au préalable. Le HANSOKU impliquera la disqualification du compétiteur et donnera la victoire à son adversaire.

Les pénalités des catégories 1 et 2 ne se cumulent pas entre elles.

### Catégorie 2 :

- Feindre d'être blessé ou exagérer les conséquences d'une blessure
- Les sorties répétées de l'aire de compétition
- Mettre en danger sa propre sécurité en adoptant des comportements qui exposent aux blessures (MUBOBI)
- Fuir le combat pour gagner du temps, privant ainsi l'adversaire d'une opportunité de marquer
- Saisir l'adversaire directement sans exécuter une technique de karaté dans un délai de 2 à 3 secondes
- Les corps à corps inutiles (lutter, pousser ou saisir sans tenter une technique)
- Les attaques de coup de tête, de genou ou de coude
- Provoquer ou parler à l'adversaire et tout comportement injurieux envers l'équipe arbitrale.

<b>CATEGORIE 2 – TECHNIQUES INTERDITES</b>		
1er avertissement	CHUKOKU	Pas de point
2è avertissement	CHUKOKU	Pas de point
3è avertissement	KEIKOKU	1 point (Ippon) à l'adversaire
4è avertissement	HANSOKU	Disqualification → victoire

Les pénalités de la seconde catégorie se cumulent entre elles. Néanmoins, elles devront obligatoirement suivre une progression chronologique conformément à l'échelle des pénalités décrite ci-dessous (ex. : il n'est pas possible de passer directement au Hansoku dans les pénalités de seconde catégorie).

<b>EXEMPLES</b>			
1er avertissement	JOGAI	CHUKOKU	Pas de point
2è avertissement	SAISIE	CHUKOKU	Pas de point
3è avertissement	SIMULER une Blessure	KEIKOKU	1 point (Ippon) à l'adversaire
4è avertissement	Technique Dangereuse	HANSOKU	Disqualification → victoire

#### Article 4 – Critères de décision

Si les 2 compétiteurs sont blessés en même temps, la victoire sera attribuée à celui qui a le score le plus important. En cas d'égalité, les combattants seront déclarés HIKIWAKE.

En cas d'arrangement entre les compétiteurs, la sanction adéquat sera SHIKKAKU pour les 2 compétiteurs.

Un compétiteur qui sera sanctionné à deux reprises par HANSOKU pour contact et ce dans une même poule, sera disqualifié (SHIKKAKU) et retirée de la compétition.

En cas d'abandon d'un compétiteur, la victoire est attribuée à l'autre combattant.

Les podiums des Championnats de France Kunité, sauf Universitaire, Armée, Corporatif, et Police, sont dispensés du Test Combat sous condition d'avoir obtenu au préalable le tronc commun.

## ANNEXE V - BONIFICATIONS

### Classification des ayants droits

Certains pratiquants de Karaté et Disciplines Associées, par leur rayonnement et leurs actions rendent d'éminents services au Karaté et aux Disciplines Associées français, à leur image nationale, internationale et mondiale. Il a été décidé d'accorder des bonifications de temps à ces pratiquants dont la valeur technique et sportive est connue et reconnue. Ces bonifications sont obtenues sur présentation d'un dossier comportant les attestations des titres et fonctions correspondantes. Elles ne peuvent être accordées qu'une seule fois.

Les ayants droit à ces bonifications sont classés en différentes catégories

### Catégorie A

Entrent dans cette catégorie :

- Les médaillés des championnats du Monde Seniors,
- Les champions d'Europe seniors,
- Les arbitres mondiaux en activité depuis 10 ans,
- Les membres d'une Commission de la Fédération mondiale de Karaté en activité au moins depuis 4 ans,
- Les Brevetés d'État 3ème degré,
- Les Brevetés d'État 2ème degré justifiant d'au moins 20 ans d'enseignement effectif.

### Catégorie B

Entrent dans cette catégorie :

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

### Catégorie C

Entrent dans cette catégorie :

- Les champions de France Universitaire, Inter armée, Police, Corporatifs seniors.
- Les médaillés aux championnats de France FFKDA.
- Les arbitres nationaux en activité au moins pendant 4 ans.

**ANNEXE VI - PROGRAMME KATA PAR DAN ET PAR STYLE**

	<b>SHOTOKAN RYU</b>	<b>SHOTO KAÏ</b>	<b>WADO RYU</b>
<b>1<sup>er</sup> Dan</b>	- HEIAN 1-2-3-4-5 - TEKKI SHODAN	- HEIAN 1-2-3-4-5 - TEKKI SHODAN	- PINAN 1-2-3-4-5 - NAÏFANCHI SHODAN
<b>2<sup>ème</sup> Dan</b>	- BASSAÏ DAÏ - EN-PI - JION - HANGETSU - KANKU DAÏ	- BASSAÏ DAÏ - EN-PI - JION - HANGETSU - KANKU DAÏ	- BASSAÏ - KUSHANKU - SEISHAN - JION - WANSHU
<b>3<sup>ème</sup> Dan</b>	- GANKAKU - JITTE - KANKU SHO - BASSAÏ SHO - TEKKI NIDAN	- GANKAKU - JITTE - KANKU SHO - BASSAÏ SHO - TEKKI NIDAN	- KUSHANKU - JITTE - CHINTO - NEISEISHI - ROHAÏ
<b>4<sup>ème</sup> Dan</b>	- NIJUSHI HO - SOCHIN - JIIN - UNSU - TEKKI SANDAN	- NIJUSHI-HO - SOCHIN - JIIN - UNSU - TEKKI SANDAN	- KUSHANKU - SEISHAN - CHINTO - NISEÏSHI - JITTE
<b>5<sup>ème</sup> Dan</b>	- GOJUSHI HO SHO - CHINTÉ - GOJUSHI HO DAÏ - WANKAN - MEIKYO	- GOJUSHI-HO SHO - CHINTEÏ - GOJUSHI-HO DAÏ - WANKAN - MEIKYO	- JION - ROHAÏ - BASSAÏ - SEISHAN - NAÏHANCHI

	<b>SHITO RYU</b>	<b>GOJU RYU</b>	<b>KYOKUSHINKAI</b>
<b>1<sup>er</sup> Dan</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- PINAN 1-2-3-4-5</li> <li>- NAIFANCHI SHODAN</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- SANCHIN</li> <li>- GEKI SAÏ DAÏ ICHI</li> <li>- GEKI SAÏ DAÏ NI</li> <li>- SAÏFA</li> <li>- SEYUNCHIN</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- PINAN 1-2-3-4-5</li> <li>- TSUKI NO KATA</li> </ul>
<b>2<sup>ème</sup> Dan</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- BASSAÏ DAÏ</li> <li>- WANSHU</li> <li>- JION</li> <li>- SEÏENCHIN</li> <li>- KOSOKUN DAÏ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- SANCHIN</li> <li>- SAÏFA</li> <li>- SEYUNCHIN</li> <li>- SHISOCHIN</li> <li>- SANSERU</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- TSUKI NO KATA</li> <li>- GEKISAÏ DAÏ</li> <li>- TENSHO</li> <li>- YANTSU</li> <li>- SAÏHA</li> </ul>
<b>3<sup>ème</sup> Dan</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- NAIFANCHI NIDAN</li> <li>- CHINTO</li> <li>- JITTE</li> <li>- KOSOKUN SHO</li> <li>- BASAÏ SHO</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- SHISOCHIN</li> <li>- SEIPAÏ</li> <li>- SEYUNCHIN</li> <li>- TENSHO</li> <li>- SANSERU</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- GEKISAÏ SHO</li> <li>- SAÏHA</li> <li>- YANTSU</li> <li>- KANKU</li> <li>- SANCHIN</li> </ul>
<b>4<sup>ème</sup> Dan</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- NAIFANCHI SANDAN</li> <li>- NISEÏ SHI</li> <li>- SOCHIN</li> <li>- UNSU</li> <li>- NIPAÏPO</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- SEIPAÏ</li> <li>- SEYUNCHIN</li> <li>- KURURUNFA</li> <li>- TENSHO</li> <li>- SEÏSAN</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- SEIPAÏ</li> <li>- KANKU</li> <li>- SEÏENCHIN</li> <li>- SAÏHA</li> <li>- GARYU</li> </ul>
<b>5<sup>ème</sup> Dan</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- GOJUSHI-HO</li> <li>- SUPARIMPAÏ</li> <li>- SEIPAÏ</li> <li>- MATSUMURA PASSAÏ</li> <li>- ROHAÏ (MEIKYO)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- SUPARINPAÏ</li> <li>- SHISOCHIN</li> <li>- SEIPAÏ</li> <li>- SEYUNCHIN</li> <li>- TENSHO</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- KANKU</li> <li>- SEÏENCHIN</li> <li>- SEIPAÏ</li> <li>- GARYU</li> <li>- SUSHI HO</li> </ul>

	<b>UECHI RYU</b>	<b>SHORIN JI</b>	<b>SHUKOKAI</b>	<b>SHOTOKAN OHSHIMA</b>
<b>1<sup>er</sup> Dan</b>	- SANCHIN - KANSHIWA - KANSHU - SEÏCHIN - SEISAN	- PINAN 1-2-3-4-5 - NAÏHANCHI	- PINAN 1-2-3-4-5 - KOSOKUN DAÏ	- HEIAN 1-2-3-4-5 - TEKKI SHODAN
<b>2<sup>ème</sup> Dan</b>	- SANCHIN - KANSHU - SEÏCHIN - SEISAN - SEIRYU	- SESAN - JION - EN PI - GEKI SAÏ - BASSAÏ DAÏ	- ANANKO - BASSAÏ SHO - JITTE - WANSHU - SEISAN	- BASSAI - KANKU - HANGETSU - JION - EMPI
<b>3<sup>ème</sup> Dan</b>	- SANCHIN - SEÏCHIN - SEISAN - SEIRYU - KANCHIN	- SAÏFA - ROHAÏ - SEÏENCHIN - BASSAÏ SHO - KUSHANKU DAÏ	- NISEISHI - JION - KOSOKUN SHO - SEIENCHIN - SHISOCHIN	- TEKKI NIDAN - TEKKI SANDAN - KANKU - EMPI - JION
<b>4<sup>ème</sup> Dan</b>	- SANCHIN - SEISAN - SEIRYU - KANCHIN - SANSEIRYU	- WANDO - ROHAÏ - SEPAÏ - NISEÏSHÏ - KUSHANKU SHO	- KOSHIKI NO ROHAÏ - MATSUKASE - TOMARI- BASSAÏ - KURURUNFA - CHINTO	- TEKKI SANDAN - JION - JITTE - HANGETSU - GANKAKU
<b>5<sup>ème</sup> Dan</b>	- SANCHIN - SEISAN - SEIRYU - KANCHIN - SANSEIRYU	- MATSUMURA - PATSAÏ - KURURUNFA - ANANKU - ITOSU ROHAÏ	- GOJUSHIHO - SUPARIMPEÏ - UNSHU - NIPAÏPO - SEIPAÏ	- TEKKI SANDAN - EMPI - JITTE - HANGETSU - GANKAKU

	<b>SHORIN JI (SHURITE)</b>	<b>SHORIN RYU OKINAWA</b>
<b>1<sup>er</sup> Dan</b>	- PINAN 1-2-3-4-5 - PATSAÏ DAÏ	- PINAN 1-2-3-4-5 - NAIHANSHI SHODAN
<b>2<sup>ème</sup> Dan</b>	- SEISAN - JITTE - EMPI - WANSHU - ROHAÏ	- NAIHANSHI NIDAN - ITOSU PASSAÏ - MATSUMURA PASSAÏ - JION - NAIHANCHI SHODAN
<b>3<sup>ème</sup> Dan</b>	- CHINTO - CHINTE - KUSHANKU SHO - PATSAÏ SHO - JIIN	- NAIHANCHI SANDAN - JITTE - KUSHANKU SHO - MATSUMURA PASSAÏ - JION
<b>4<sup>ème</sup> Dan</b>	- USEISHI SHO (GOJUSHIHO) - UNSU - NISEISHI - SOCHIN - MATSUKAZE (WANKAN)	- TOMARI PASSAÏ - KUSHANKU DAI - KUSHANKU SHO - CHINTO - NAIHANCHI SANDAN
<b>5<sup>ème</sup> Dan</b>	- USEISHI DAÏ (GOJUSHIHO) - CHATAN YARA CHINTO - CHATAN YARA KUSHANKU - MATSUMURA PATSAÏ - SHIMPA	- KUSHANKU DAÏ - CHINTO - GOJUSHIHO - KUSHANKU SHO - TOMARI PASSAÏ

## ANNEXE VII - TABLEAUX RECAPITULATIFS : TEMPS – AGE – BONIFICATIONS

### CONDITIONS D'ACCES AUX DAN ET GRADES DE KARATE

GRADES	1 <sup>er</sup> Dan	2 <sup>ème</sup> Dan	3 <sup>ème</sup> Dan	4 <sup>ème</sup> Dan	5 <sup>ème</sup> Dan	6 <sup>ème</sup> Dan	7 <sup>ème</sup> Dan
<b>Age plancher</b>	14 ans	18 ans	21 ans	25 ans	30 ans	41 ans	51 ans
<b>Délai d'activité</b>	3 ans de pratique dont 1 an de 1 <sup>er</sup> kyu	2 ans de 1 <sup>er</sup> Dan	3 ans de 2 <sup>ème</sup> Dan	4 ans de 3 <sup>ème</sup> Dan	5 ans de 4 <sup>ème</sup> Dan	25 ans de 1 <sup>er</sup> Dan dont 10 ans de 5 <sup>ème</sup> Dan	5 ans de 6 <sup>ème</sup> Dan

A partir du 8<sup>ème</sup> Dan, aucune condition d'âge ou de temps de pratique n'est exigée des candidats.

### RECAPITULATIF DES BONIFICATIONS DES GRADES COMPETITION ET TRADITIONNEL

	<i>1<sup>er</sup> et 2<sup>ème</sup> Dan</i>	<i>2<sup>ème</sup> à 3<sup>ème</sup> Dan</i>	<i>3<sup>ème</sup> à 4<sup>ème</sup> Dan</i>	<i>4<sup>ème</sup> à 5<sup>ème</sup> Dan</i>	<i>5<sup>ème</sup> à 6<sup>ème</sup> Dan</i>
<b>CATEGORIE C</b>	<b><i>Pas de bonification</i></b>	<i>6 mois</i>	<i>6 mois</i>	<i>6 mois</i>	<i>1 an</i>
<b>CATEGORIE B</b>		<i>1 an</i>	<i>1 an</i>	<i>1 an</i>	<i>2 ans</i>
<b>CATEGORIE A</b>		<i>1 an et 6 mois</i>	<i>1 an et 6 mois</i>	<i>1 an et 6 mois</i>	<i>3 ans</i>

**Nota :** Bonifications non répétitives et non cumulatives.

**ANNEXE VIII - DECOUPAGE TERRITORIAL DES INTERREGIONS**

INTER REGIONS	REGIONS
1	75 Paris
	77 Seine et Marne
	78 Yvelines
	91 Essonne
	92 Hauts de Seine
	93 Seine Saint Denis
	94 Val de Marne
95 Val d'Oise	
2	01 Flandres Artois
	24 Picardie
	02 Normandie
3	04 Champagne
	25 Lorraine
	05 Alsace
	09 Franche Comté
4	06 Bretagne
	18 Pays de la Loire
	07 Touraine Berry Orléanais
5	16 Languedoc Roussillon
	17 Provence
	29 Côte d'azur
	30 Corse
6	08 Bourgogne
	11 Centre Auvergne
	12 Lyonnais
	13 Dauphiné Savoie
7	10 Poitou Charente
	19 Limousin
	14 Aquitaine
	15 Midi Pyrénées

## ANNEXE IX - REGLEMENTS SPECIFIQUES

Les disciplines suivantes font l'objet de règlements techniques spécifiques, validé par la CSDGE :

- karaté contact
- toreikan budo
- Yoseikan budo
- Nanbudo
- Kempo
- Shidokan
- Wadokan
- Shintaibudo
- Shorinji kempo
- Tai jitsu
- Nihon tai jitsu
- Kobudo

Lors de chaque Commission Spécialisée des Dan et Grades Equivalents, de nouveaux règlements techniques spécifiques pourront être validés par la Commission.

## ANNEXE X - TEXTES OFFICIELS

### I. La Commission Spécialisée des Dan et Grades Equivalents

- Article 17-2 de la loi du 16 juillet 1984 modifiée

*« Dans les disciplines relevant des arts martiaux, nul ne peut se prévaloir d'un Dan ou d'un grade équivalent sanctionnant les qualités sportives et les connaissances techniques, et, le cas échéant, les performances en compétition s'il n'a pas été délivré par la commission spécialisée des dans et grades équivalents de la fédération délégataire ou, à défaut, de la fédération agréée consacrée exclusivement aux arts martiaux.*

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

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

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

*« La liste des fédérations dont les commissions spécialisées des dans et grades équivalents délivrent des dans ou grades équivalents est la suivante :*

- *Union des Fédérations d'Aïkido,*
- *Fédération Française de judo, jujitsu, kendo et disciplines associées (FFJDA),*
- *Fédération française de taekwondo et disciplines associées (FFTDA),*
- *Fédération française de Karaté et Arts Martiaux Affinitaires (FFKAMA) (arrêté du 28 mars 2000) ».*

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

*« Article 1er*

*La commission spécialisée des dans et grades équivalents de la Fédération française de karaté et arts martiaux affinitaires est composée :*

- 1) D'un président désigné, après consultation de la fédération française de karaté et arts martiaux affinitaires, par le ministre chargé des sports ;*
- 2) Du Directeur Technique National ;*
- 3) De Huit membres proposés par l'instance dirigeante compétente de la Fédération française de karaté et arts martiaux affinitaires, dont six au moins sont titulaires du brevet d'Etat d'éducateur sportif, option karaté et arts martiaux affinitaires, ou d'un titre équivalent ;*

- 4) De six membres désignés par les Fédérations multisports, affinitaires et scolaires et universitaires concernées ;
- 5) De quatre membres désignés par les organisations professionnelles d'enseignants les plus représentatives dans le karaté ou les disciplines affinitaires.

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

*Lorsque le Directeur Technique National n'est pas titulaire au moins du 4ème dan ou d'un grade équivalent, il assiste aux réunions de la commission spécialisée des dans et grades équivalents avec voix consultative. L'instance dirigeante compétente de la Fédération française de karaté et arts martiaux affinitaires désigne alors un membres ayant voix consultative.*

#### *Article 2*

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

## **II. La protection des dan et grades équivalents**

- Article 433-17 du code pénal

*« L'usage, sans droit, d'un titre attaché à une profession réglementée par l'autorité publique ou d'un diplôme officiel ou d'une qualité dont les conditions d'attribution sont fixées par l'autorité publique est puni d'un an d'emprisonnement et de 15 000€ d'amende ».*

- Article L 121-1 du code de la consommation

*« est interdite toute publicité comportant, sous quelque forme que ce soit, des allégations, indications ou présentations fausses ou de nature à induire en erreur, lorsque celles-ci portent sur un ou plusieurs des éléments ci-après ; existence, nature, composition, qualités substantielles, teneur en principes utiles, espèce, origine, quantité, mode et date de fabrication, propriétés, prix et conditions de vente de biens ou services qui font l'objet de la publicité, conditions de leur utilisation, résultats qui peuvent être attendus de leur utilisation, motifs ou procédés de la vente ou de la prestation de services, portée des engagements pris par l'annonceur, identité, qualités ou aptitudes du fabricant, des revendeurs, des promoteurs ou des prestataires ».*

Les peines prévues pour ces délits sont identiques à celles prévues pour le délit de tromperie : emprisonnement de deux ans et amende de 50 000€, ou l'une de ces deux peines seulement.

***Ce règlement a été adopté à l'unanimité en Commission Spécialisée des Dans et Grades Equivalents le 8 juin 2006.***

***Ce règlement a été validé par le Ministère de la Jeunesse, des Sports et de la Vie Associative.***