



# REGLEMENTATION DES COMPETITIONS

# TAÏ-JITSU

Applicable à partir de la saison  
**2008/2009**



## ARTICLE 1 - AIRE DE COMPETITION

- ❑ 11 L'aire de compétition doit être plane et ne présenter aucun danger.
- ❑ 12 L'aire de compétition doit être un carré de 8 mètres de côté. Un mètre supplémentaire est prévu sur tous les côtés comme surface de sécurité. Cette surface totale de 10 x 10 mètres est composée de tatamis.
- ❑ 13 Les juges sont assis à l'extérieur de la surface de sécurité.

## ARTICLE 2 - TENUES OFFICIELLES

### JUGES

- ❑ 21 Blazer bleu marine, droit, non croisé avec deux boutons argentés.
- ❑ 22 Chemise blanche.
- ❑ 23 Cravate officielle.
- ❑ 24 Pantalon gris clair, uni, sans revers.
- ❑ 25 Chaussettes bleu foncé ou noires.
- ❑ 26 Chaussures et chaussons d'arbitrage noirs obligatoires.
- ❑ 27 sifflet métal avec cordon blanc obligatoire.

### COMPETITEURS

- ❑ 28 Karatégi blanc, sans bande ni liseré (sauf homologué FFKDA).
- ❑ 29 Seul l'écusson fédéral peut être porté sur le côté gauche de la veste .  
La marque d'origine des fabricants peut apparaître dans les endroits normalement acceptés.
- ❑ 210 La veste attachée, doit être d'une longueur telle qu'elle couvre les hanches et ne dépasse pas les 2/3 de la cuisse. Les compétitrices porteront un T-shirt blanc uni (ras de cou) sous la veste. Les manches de la veste ne peuvent dépasser le poignet et doivent recouvrir la moitié de l'avant bras. Elles ne doivent en aucun cas être retroussées.
- ❑ 211 Le pantalon doit être de longueur suffisante pour recouvrir la moitié du tibia, sans dépasser la cheville.
- ❑ 212 Les compétiteurs doivent avoir les cheveux propres et coupés à une longueur telle qu' elle ne gêne pas la bonne exécution des prestations.
- ❑ 213 Les lunettes sont interdites (sauf KATA), les lentilles souples autorisées. De même aucun bijou ne doit être porté.
- ❑ 214 Le port de coquille-slip pour les hommes et de protège poitrine pour les femmes est obligatoire à partir des catégories MINIMES.
- ❑ 215 Ceinture rouge (AKA) ou bleue (AHO), ceinture blanche dans toutes les phases d'attente ou de présentation. Le port de la ceinture correspondante au grade sera autorisé uniquement pour les podiums.
- ❑ 216 TOUT AUTRE VETEMENT OU EQUIPEMENT EST INTERDIT.

## ARTICLE 3 – ADMINISTRATION

- ❑ 31 Tout compétiteur devra présenter son passeport sportif à jour, conforme aux règlements FFKDA et dûment rempli.
- ❑ 32 Il doit être titulaire d'au minimum 2 licences (dont licence de la saison en cours).
- ❑ 33 Il doit présenter un certificat médical postérieur au 1er septembre de la saison en cours.
- ❑ 34 Si le compétiteur est mineur, une autorisation parentale est obligatoire pour chaque compétition.
- ❑ 35 **Lorsque pour des raisons d'organisation, les ligues sont invitées à faire parvenir la liste des sélectionnés aux finales nationales, aucune inscription sur place ne sera admise.**
- ❑ 36 Dans toutes les catégories individuelles et équipes, sont sélectionnés les cinq premiers de la ligue pour les finales nationales. Les ligues n' ayant que peu de compétiteurs doivent faire parvenir la liste de leurs inscrits (sans sélection, faute de nombre) dans les mêmes délais que les ligues organisant des sélections.

- ❑ **37** Les vainqueurs de la Coupe nationale quelque soit la catégorie sont automatiquement sélectionnés pour la coupe nationale l'année suivante si ils ne changent pas de catégories et si ils ne repassent pas par les qualifications régionales auquel cas ils ne sont plus qualifiés d'office. (une ligue pourra donc envoyer 6 compétiteurs dans une catégorie)

#### **ARTICLE 4 - CATEGORIES D'AGE**

Tout compétiteur concourra dans sa catégorie d'âge selon les règlements FFKDA. L'année de naissance définit la catégorie d'appartenance pour toute la saison sportive.

- ❑ **41** Pour les catégories équipes pupilles, benjamins et minimes, il est toléré qu'un seul des 2 équipiers soit surclassé dans la catégorie supérieure immédiate. Le compétiteur surclassé doit être obligatoirement dans la dernière année de sa catégorie d'origine. Il sera admis qu'un poussin 2<sup>ème</sup> année surclassé pupille puisse faire la compétition par équipe en pupille si son partenaire est pupille.
- ❑ **42** Pour la catégorie jeunes (cadets / juniors), seul le compétiteur junior 2<sup>ème</sup> année pourra être surclassé en catégorie senior équipe
- ❑ **43** En catégories individuelles adultes, seul le sur-classement de la catégorie Junior à Senior est autorisé.
- ❑ **44** Le certificat médical de sur-classement doit être délivré obligatoirement par un médecin et préciser la catégorie de sur-classement.

#### **On distinguera deux manifestations :**

- ❑ Coupe Jeunes pour les catégories poussins à minimes, ces catégories sont mixtes + les catégories cadets et juniors qui sont séparées en individuels.
- ❑ Coupe adultes pour les catégories seniors et vétérans. Compétitions mixtes en équipes alors que masculins et féminines sont séparés en individuels.
- ❑ Il n'y a pas de compétition équipe poussins et vétérans.

Ces deux manifestations auront lieu soit dans des temps et lieux distincts, soit aux mêmes dates et lieux. Dans ce cas, les organisateurs prendront soin de séparer les catégories jeunes (poussins à minimes) afin que ceux-ci enchaînent leurs épreuves avec le minimum de temps mort. Dans les catégories jeunes, un soin particulier sera apporté par les organisateurs pour appeler les compétiteurs par leurs noms et prénoms. Cela implique une correcte rédaction sur les documents officiels à toutes les phases de la manifestation.

#### **ARTICLE 5 - TYPES DE COMPETITIONS**

Il existe des compétitions individuelles et des compétitions en équipes. Ces dernières opposent des équipes composées de deux membres.

#### **ARTICLE 6 - L'EQUIPE ARBITRALE**

- ❑ **61** Le représentant fédéral : il est le garant de la bonne tenue de la compétition.
- ❑ **62** Le responsable de l'arbitrage : il nomme et gère les arbitres. Il organise la logistique propre à la compétition.
- ❑ **63** Les membres de la commission sportive : ils gèrent le temps et les feuilles de match, organisent les tirages au sort.

#### **Sur chaque tatami :**

- ❑ **64** Un juge central, qui autorise les débuts et fins de prestations, et ordonne (à l'aide d'un sifflet) le lever de drapeaux.
- ❑ **65** 2 juges qui votent à la fin des prestations.

#### **A la table :**

- ❑ **66** 1 superviseur, qui juge de la bonne application du règlement (programme des épreuves) et qui intervient pour sanctionner dans les cas suivants :
  - ❑ - acte dangereux
  - ❑ - tenue non conforme (longueur vêtements, lunettes, ...)

- ❑ - acte prohibé par les règlements fédéraux
- ❑ - acte visant à s'approprier la victoire sans laisser à l'autre la possibilité de s'exprimer (antijeu).
- ❑ - acte contraire à l'éthique des arts martiaux.
- ❑ Le superviseur ne doit en aucun cas influencer les juges, sa mission principale est de veiller au respect du règlement. Son interlocuteur est le juge central.
- ❑ 67 1 marqueur, garant de la bonne tenue des feuilles de match.
- ❑ 68 1 chronométrateur/annonceur.

### **ARTICLE 7: ACCOMPAGNATEURS ENFANTS**

Chaque délégation peut nommer deux accompagnateurs pour encadrer et superviser les enfants (poussins / pupilles / benjamins / minimes). Ils sont seuls autorisés à pénétrer dans la salle en dehors des compétiteurs et des officiels. Ils sont habillés d'un survêtement bleu marine ou noir et porte un identifiant (badge fourni par l'organisateur). **Ils ne sont pas habilités à intervenir durant les prestations.**

Les noms des accompagnateurs doivent être transmis au responsable de l'arbitrage le jour de la compétition (2 accompagnateurs par club pour les compétitions régionales et 2 accompagnateurs par ligue pour les finales nationales)

### **ARTICLE 8: TIRAGE AU SORT ET TÊTE DE SERIES**

#### ❑ 81 Tirage au sort

Le tirage au sort s'effectue pour les compétitions régionales le matin même des épreuves et la veille pour les compétitions nationales en présence du responsable de l'arbitrage et de la commission sportive.

#### ❑ 82 Tête de série

Pour éviter que les compétiteurs qui sont montés sur le podium l'année précédente puissent se rencontrer à nouveau et ceci si ils n'ont pas changé de catégorie, est mis en place des têtes de série (TS). Lors du tirage au sort, les 3 premiers de l'année précédente (TS) sont isolés du reste des compétiteurs et après tirage au sort entre eux sont placés stratégiquement sur le tableau de la catégorie. Les Têtes de Série concernent toutes les catégories enfants et adultes, individuelles et équipes en compétition régionale et nationale.

### **ARTICLE 9: DEROULEMENT DES MATCHS**

#### ❑ 91 Démarrage

Quelque soit l'épreuve de la compétition à savoir Kata, techniques, randori, assauts imposés, randori en cercle c'est le compétiteur AKA qui commencera la prestation ou portera la 1<sup>ère</sup> attaque.

#### ❑ 92 Mise en garde

Dans les épreuves techniques, randori, assauts imposés et randori en cercle, les 2 compétiteurs démarrent face en face et en garde à gauche (jambe droite derrière). Toute attaque portée se fera en avançant la jambe droite.

# COMPETITIONS INDIVIDUELLES JEUNES

## **POUSSINS, PUPILLES, BENJAMINS et MINIMES (catégories mixtes), CADETS ET JUNIORS (catégories séparées en individuel)**

### 6 catégories :

- **Poussins** : année de naissance 2001 - 2002
- **Pupilles** : année de naissance 1999 - 2000
- **Benjamins** : année de naissance 1997 - 1998
- **Minimes** : année de naissance 1995 - 1996
- **Cadets** : année de naissance 1993 – 1994
- **juniors** : année de naissance 1991 - 1992

Cette compétition se déroule en un seul championnat avec enchaînements des épreuves kata et techniques, suivant la règle des éliminatoires directs avec repêchage des compétiteurs éliminés par les finalistes afin de remonter à la troisième place ; sauf pour les cadets et juniors ou les repêchages ne commencent qu'au stade des ¼ de finale.

Les défenses par clef ne sont autorisées qu'à partir de la catégorie minimes.

Chaque tour est un match opposant deux compétiteurs qui sont départagés aux drapeaux, Les tableaux de compétition sont ceux couramment utilisés par la fédération. A chaque tour, les compétiteurs benjamins et minimes effectuent un kata tiré au sort suivi d'une démonstration de défenses.

Quelque soit le nombre de compétiteurs dans les catégories enfants, aucun regroupement de catégories ne sera effectué (sauf cadets et juniors).

### DEROULEMENT DE LA COMPETITION

**Par technique de défense, on attend des candidats :**

- ❑ **une esquive,**
- ❑ **un atémi préparatoire,**
- ❑ **une technique de projection suivie éventuellement d'un seul atémi final,**
- ❑ **ou une mise à l'abandon par un seul atémi final**

**Les techniques de balayage et sutémi sont acceptées comme projection**

**Les atemis préparatoires et finaux au visage sont interdits dans la catégorie poussins .**

### PROGRAMME POUSSINS

#### 1<sup>er</sup> tour :

Exécution de taï-jitsu kata shodan , puis démonstration de deux techniques de défense par atémi par compétiteur : une défense sur saisie de poignet direct (1) et une défense sur saisie de poignet croisé (2) .

#### 2<sup>ème</sup> tour :

Exécution de taï-jitsu kata shodan , puis démonstration de deux techniques de défense par atémi par compétiteur : une défense sur saisie des 2 poignets (1) et une défense sur saisie du poignet direct à 2 mains (2) .

Tours suivants et repêchages : alternance des épreuves du 1<sup>er</sup> tour et 2<sup>ème</sup> tour jusqu'à la finale

## **PROGRAMME PUPILLES**

### **1<sup>er</sup> tour :**

Exécution de tai-jitsu kata shodan , puis démonstration de deux techniques de défense par atemi par compétiteur : une défense sur saisie de poignet direct (1) et une défense sur saisie de poignet croisé (2).

### **2<sup>ème</sup> tour :**

Exécution de tai-jitsu kata shodan , puis démonstration de deux techniques de défense par atemi par compétiteur : une défense sur saisie des 2 poignets (1) et une défense sur saisie du poignet direct à 2 mains (2) .

**Tours suivants et repêchages** : alternance des épreuves du 1<sup>er</sup> tour et 2<sup>ème</sup> tour jusqu'à la finale

## **PROGRAMME BENJAMINS**

### **1<sup>er</sup> tour :**

Exécution d'un kata tiré au sort parmi le tai-jitsu kata shodan et le tai-jitsu kata nidan, puis démonstration de deux techniques de défense par compétiteur : une défense par atemi sur saisie de poignet direct (1) et une défense par projection\* sur saisie d'un revers de veste par la main droite (2).

\* : un seul atemi final autorisé après la projection

### **2<sup>ème</sup> tour :**

Exécution d'un kata tiré au sort parmi le tai-jitsu kata shodan et le tai-jitsu kata nidan, puis démonstration de deux techniques de défense par compétiteur : une défense par atemi sur saisie de poignet croisé (1) et une défense par projection\* sur saisie des 2 poignets (2).

\* : un seul atemi final autorisé après la projection

**Tours suivants et repêchages** : alternance des épreuves du 1<sup>er</sup> tour et 2<sup>ème</sup> tour jusqu'à la finale

## **PROGRAMME MINIMES**

### **1<sup>er</sup> tour :**

Exécution d'un kata tiré au sort parmi le tai-jitsu kata shodan, le tai-jitsu kata nidan et le tai-jitsu kata sandan ; puis démonstration de trois techniques de défense par compétiteur : une défense par atemi sur saisie de poignet direct (1), une défense par projection sur saisie d'un revers de veste par la main droite (2) et une défense par atemi ou projection\* sur attaque de poing niveau moyen (shudan ou ventre) (3).

\* : un seul atemi final autorisé après la projection

### **2<sup>ème</sup> tour :**

Exécution d'un kata tiré au sort parmi le tai-jitsu kata shodan, le tai-jitsu kata nidan et le tai-jitsu kata sandan ; puis démonstration de trois techniques de défense par compétiteur : une défense par atemi sur saisie de poignet croisé (1), une défense par projection sur saisie des 2 poignets (2) et une défense par atemi ou projection\* sur attaque de pied de face niveau moyen (shudan ou ventre) (3).

- : un seul atemi final autorisé après la projection

**Tours suivants et repêchages** : alternance des épreuves du 1<sup>er</sup> tour et 2<sup>ème</sup> tour jusqu'à la finale

### **PRECISIONS:**

Les différences de taille et de poids chez les candidats doivent être observés par les arbitres pour éviter des erreurs : un candidat de petite taille évitera une projection hasardeuse sur une personne beaucoup plus lourde car cela serait irréaliste. De même, le candidat grand et fort évitera une grande résistance lors des projections, étant normalement affaibli par l'atemi préparatoire.

Il est rappelé qu'il est formellement interdit pour les catégories enfants (de poussins à minimes) d'utiliser les clés de bras, luxation ou rotation d'articulation comme moyen de défense. Seules sont autorisées les défenses par atemi et / ou projection (en fonction du programme imposé).

## **CATEGORIES CADETS / JUNIORS (féminines / masculines)** **(même programme mais quatre catégories distinctes)**

Cette coupe se déroule suivant la règle des éliminatoires directs avec repêchage des candidats éliminés par les finalistes seulement à partir des ¼ de finale, pour remonter à la troisième place. Chaque tour est un match opposant deux compétiteurs qui sont départagés aux drapeaux. Les tableaux de compétition sont ceux couramment utilisés par la fédération.

Pour certaines catégories ou le nombre de participants n'est pas au moins égal à 8, des regroupements avec d'autres catégories sont prévus.

*Exemple : cadets masculins 3 participants et juniors masculins 5 participants, une seule catégorie cadets / juniors masculins avec 8 participants est mise en place avec un classement par catégorie.*

### **PREMIER TOUR:**

- Randori de saisies d'une minute

### **DEUXIEME TOUR:**

Assauts imposés : défenses libres sur une série de 4 attaques tirées au sort (la dernière attaque étant systématiquement un atemi)

### **Liste des attaques disponible en fin de règlement**

### **TOURS SUIVANTS:**

Alternance des prestations des deux premiers tours jusqu'à la demi-finale.

### **REPÊCHAGES (à partir des ¼ de finale) :**

- randori de saisies d'une minute

### **FINALE :**

- randori en cercle (les attaques par saisies et atemis seront imposés)

**RANDORI EN CERCLE** : départager au drapeau deux adversaires par l'intermédiaire d'un combat contre 7 adversaires (dont 6 communs).

Tous les compétiteurs quarts de finalistes participent au randori en cercle.

# COMPETITIONS INDIVIDUELLES ADULTES

Pour certaines catégories ou le nombre de participants n'est pas au moins égal à 8, des regroupements avec d'autres catégories sont prévus.

Exemple : seniors féminines 3 participantes et vétérans féminines 5 participantes, une seule catégorie seniors / vétérans féminines avec 8 participantes est mise en place avec un classement par catégorie.

**CATEGORIE SENIORS (de 18 à 40 ans) et**  
**VETERANS (de 41 à 55 ans)**  
**féminines / masculines**  
**(ceintures orange à bleue)**  
**(même programme mais quatre catégories distinctes)**

PREMIER TOUR:

- Randori de saisies d'une minute

DEUXIEME TOUR:

Assauts imposés : défenses libres sur une série de 4 attaques tirées au sort (la dernière attaque étant systématiquement un atémi)

**Liste des attaques disponible en fin de règlement**

TOURS SUIVANTS:

Alternance des prestations des deux premiers tours jusqu'à la demi-finale.

REPÊCHAGES (à partir des ¼ de finale) :

- randori de saisies d'une minute

FINALE :

- randori en cercle (les attaques par saisies seront imposés)

**RANDORI EN CERCLE** : départager au drapeau deux adversaires par l'intermédiaire d'un combat contre 7 adversaires (dont 6 communs).

Tous les compétiteurs quarts de finalistes participent au randori en cercle.

**CATEGORIE SENIORS (de 18 à 40 ans) et**  
**VETERANS (de 41 à 55 ans)**  
**féminines / masculines**  
**(ceintures marron et noire)**  
**(même programme mais quatre catégories distinctes)**

Pour certaines catégories ou le nombre de participants n'est pas au moins égal à 8, des regroupements avec d'autres catégories sont prévus.

*Exemple : seniors féminines 3 participantes et vétérans féminines 5 participantes, une seule catégorie seniors / vétérans féminines avec 8 participantes est mise en place avec un classement par catégorie.*

**PREMIER TOUR :**

- Randori d'une minute quinze secondes

**PRECISION SUR LE RANDORI :**

Est autorisée dans le randori deux attaques par atémi et par compétiteur. Les attaques sont les suivantes :

- coup de poing de face (niveau shudan)
- coup de pied de face (niveau shudan)

**DEUXIEME TOUR :**

Assauts imposés : défenses libres sur une série de 4 attaques tirées au sort (la dernière attaque étant systématiquement un atémi)

Liste des attaques disponible en fin de règlement

**TOURS SUIVANTS:**

Alternance des prestations des deux premiers tours jusqu'à la demi-finale.

**REPÊCHAGES (à partir des ¼ de finale) :**

- randori d'une minute quinze secondes

**FINALE :**

- randori en cercle (les attaques par saisies, atemis et armes seront imposés)

**RANDORI EN CERCLE :** départager au drapeau deux adversaires par l'intermédiaire d'un combat contre 7 adversaires (dont 6 communs).

Tous les compétiteurs quarts de finalistes participent au randori en cercle.

**ARMES AUTORISEES:**

- COUTEAU: couteau de démonstration non coupant et époineté.
- BATON COURT: maximum 40 cm.

# COMPETITIONS EQUIPES ENFANTS

## **Catégorie Pupilles**

**Catégorie Avenir** : regroupant les benjamins et minimes

**Catégorie Jeunes** : regroupant les cadets et juniors

Les équipes sont constituées de deux masculins, deux féminines ou d'un masculin et d'une féminine. Possibilité que l'un des 2 co-équipiers soit surclassé.

Cette compétition se déroule suivant la règle des éliminatoires directs avec repêchage des équipes candidates éliminées par les finalistes, pour remonter à la troisième place ; sauf pour la catégorie Jeunes (cadets / juniors) ou le repêchage ne commence qu'à partir des quarts de finale. Chaque tour est un match opposant deux équipes qui sont départagées aux drapeaux, Les tableaux de compétition sont ceux couramment utilisés par la fédération. A chaque tour, les équipes effectuent un kata au choix suivi d'une démonstration de défenses.

**Par technique de défense, on attend des candidats :**

- ❑ **une esquive,**
- ❑ **un atémi préparatoire,**
- ❑ **une technique de projection suivie éventuellement d'un seul atémi final,**
- ❑ **ou une mise à l'abandon par un seul atémi final**

**Les techniques de balayage et sutémi sont acceptées comme projection**

**NOTA** : les saisies de poignets peuvent être avant, arrière ou latérales, sur un ou deux poignets, à une ou deux mains, basses ou hautes.

Il est rappelé qu'il est formellement interdit d'utiliser les clés de bras, luxation ou rotation d'articulation comme moyen de défense pour la catégorie Pupilles. Seules sont autorisées les défenses par atémi et / ou projection (en fonction du programme imposé).

Les défenses par clef sont autorisées à partir de la catégorie Avenir.

La liste des Katas de base est la suivante :

- ❑ taï-jitsu kata shodan
- ❑ taï-jitsu kata nidan
- ❑ taï-jitsu kata sandan

## **PUPILLES**

Exécution de taï-jitsu kata shodan synchronisé, puis démonstration de deux techniques de défense sur saisies de poignets par chacun des coéquipiers, soit 4 défenses en tout. Il devra y avoir une défense par atémi (1) et une par projection (2) pour chacun des co-équipiers.

## **AVENIR (Benjamins / Minimes)**

Exécution d'un kata de base synchronisé, puis démonstration de deux techniques de défense par atémi, clef ou projection par chacun des coéquipiers, soit 4 défenses en tout. Les défenses sont libres , mais il devra y avoir une attaque par atémi (1) et une attaque par saisie (2) pour chacun des co-équipiers.

## **JEUNES (cadets / Juniors)**

Les équipes sont constituées de deux masculins, deux féminines ou d'un masculin et d'une féminine. Cette compétition se déroule suivant la règle des éliminatoires directs avec repêchage des équipes candidates éliminées par les finalistes seulement à partir des ¼ de finale, pour remonter à la troisième place. Chaque tour est un match opposant deux équipes qui sont départagées aux drapeaux. Les tableaux de compétition sont ceux couramment utilisés par la fédération.

A chaque tour, les équipes JEUNES effectuent un kata au choix synchronisé suivi d'un randori de démonstration d'une minute (bâton court autorisé).

Dans le randori de démonstration, il est interdit d'utiliser la technique de ciseaux au niveau de la gorge et / ou tête.

# COMPETITIONS EQUIPES ADULTES

## 2 catégories :

**Catégorie Adultes 1** : regroupant les seniors (de 18 à 45 ans) ceintures orange à bleue

**Catégorie Adultes 2** : regroupant les seniors (de 18 à 45 ans) ceintures marron et noire

Les équipes sont constituées de deux masculins, deux féminines ou d'un masculin et d'une féminine. Cette compétition se déroule suivant la règle des éliminatoires directs avec repêchage des équipes candidates éliminées par les finalistes seulement à partir des ¼ de finale, pour remonter à la troisième place. Chaque tour est un match opposant deux équipes qui sont départagées aux drapeaux. Les tableaux de compétition sont ceux couramment utilisés par la fédération. A chaque tour, les équipes Adultes 1 effectuent un kata de base au choix suivi d'un randori de démonstration ; pour les Adultes 2, même programme un kata au choix suivi d'un randori de démonstration jusqu'aux demi finales et randori en cercle pour la finale.

### ADULTES 1 (seniors orange à bleu)

Exécution d'un kata de base au choix synchronisé suivi d'un randori de démonstration d'une minute quinze secondes (bâton court autorisé).

Dans le randori de démonstration, il est interdit d'utiliser la technique de ciseaux au niveau de la gorge et / ou tête.

Même programme pour les repêchages.

### ADULTES 2 (seniors marron et noire)

Exécution d'un kata au choix synchronisé suivi d'un randori de démonstration d'une minute trente secondes (bâton court et couteau autorisés).

Dans le randori de démonstration, il est interdit d'utiliser la technique de ciseaux au niveau de la gorge et / ou tête.

Même programme pour les repêchages.

Pour la finale, épreuve du randori en cercle :

- équipier 1 de l'équipe 1 contre équipier 1 de l'équipe 2
- équipier 2 de l'équipe 1 contre équipier 2 de l'équipe 2

Si les 2 équipiers de la même équipe remportent leur match, la victoire est assurée.

En cas d'égalité, les 2 vainqueurs de chaque équipe se rencontrent pour déterminer la victoire finale du match.

Les attaques du randori en cercle sont assurées par les 7 équipiers des 4 équipes restant en demi finale (celui qui se défend étant au centre du cercle).

L'attaque portée par le partenaire d'équipe sera systématiquement la dernière attaque du cercle.

### PRECISION SUR LE RANDORI EN CERCLE :

les attaques par saisies, atemis et armes seront imposés

### ARMES AUTORISEES:

- ❑ COUTEAU: couteau de démonstration non coupant et époiné.
- ❑ BATON COURT: maximum 40 cm.

# Liste des attaques pour les assauts imposés

Après s'être salués les deux compétiteurs se font face et sont en garde à gauche (jambe droite derrière).

Chaque attaque se fait en avançant la jambe droite pour effectuer la saisie ou l'atemi.

Le compétiteur qui attaque connaît les saisies qu'il a préalablement tirées au sort avant le match, il commencera par effectuer les 3 saisies (sans annoncer) puis terminera la série par l'attaque ATEMI qu'il annoncera avant exécution (dans l'esprit du kihon ippon kumite).

Une fois les attaques terminées, le compétiteur qui vient de se défendre va tirer au sort une série d'attaques différentes et le match se poursuit.

**Chaque compétiteur est responsable de la manière dont il attaque. Les attaques doivent être faites le plus directement possible, avec détermination et dans un esprit martial. Toute attaque qui ne respecterait pas ces critères sera sanctionnée.**

## Attaques saisies de Face :

- 1 Saisie directe d'un poignet
- 2 Saisie croisée d'un poignet
- 3 Saisie des deux poignets
- 4 Saisie d'un poignet à deux mains
- 5 Saisie du revers à une main
- 6 Saisie des deux revers à deux mains
- 7 Saisie du revers avec main droite et atemi du poing gauche visage
- 8 Encerclement de face bras pris
- 9 Encerclement de face bras libres
- 10 Etranglement à deux mains croisées par la toile
- 11 Etranglement à deux mains bras tendus

## Attaques saisies latérales :

- 1 Saisie du poignet (pouce en bas)
- 2 Saisie du poignet et de la manche en tirant
- 3 Prise de tête jambes devant
- 4 Etranglement à deux mains bras tendus
- 5 Encerclement latéral bras pris
- 6 Encerclement latéral bras libres

## Attaques saisies arrières :

- 1 Encerclement arrière bras pris
- 2 Encerclement arrière bras libres
- 3 Saisie des deux poignets en tirant
- 4 Saisie au niveau des coudes en tirant
- 5 Saisie du col à une main en tirant
- 6 Saisie du col à une main en poussant

## Attaques ATEMI de Face :

- 1 OI TSUKI JODAN
- 2 OI TSUKI CHUDAN
- 3 GYAKU TSUKI JODAN (sans avancer la jambe droite mais avec léger déplacement)
- 4 GYAKU TSUKI CHUDAN (sans avancer la jambe mais avec léger déplacement)
- 5 MAE GERI CHUDAN JAMBE ARRIERE
- 6 MAWASHI GERI JODAN JAMBE ARRIERE
- 7 MAWASHI GERI CHUDAN JAMBE ARRIERE
- 8 YOKO GERI CHUDAN JAMBE ARRIERE

# RECAPITULATIF

## COUPE INDIVIDUELLE: 16 catégories

- ❑ poussins
- ❑ pupilles
- ❑ benjamins
- ❑ minimes
- ❑ cadets féminines
- ❑ cadets masculins
- ❑ juniors féminines
- ❑ juniors masculins
- ❑ seniors féminins (de 18 à 40 ans orange à bleue)
- ❑ seniors féminins (de 18 à 40 ans marron et noire)
- ❑ seniors masculins (de 18 à 40 ans orange à bleue)
- ❑ seniors masculins (de 18 à 40 ans marron et noire)
- ❑ vétérans féminins (de 41 à 55 ans orange à bleue)
- ❑ vétérans féminins (de 41 à 55 ans orange à bleue)
- ❑ vétérans masculins (de 41 à 55 ans marron et noire)
- ❑ vétérans masculins (de 41 à 55 ans marron et noire)

## COUPE EQUIPES: 5 catégories

- ❑ pupilles
- ❑ avenir (benjamins / minimes)
- ❑ jeunes (cadets / juniors)
- ❑ adultes 1 (seniors de 18 à 45 ans orange à bleue)
- ❑ adultes 2 (seniors de 18 à 45 ans marron et noire)