



**REGLEMENTATION DES**  
**COMPETITIONS**

# TAÏ-JITSU



**Applicable à partir de Septembre 2019**

## **ARTICLE 1 - AIRE DE COMPÉTITION**

- L'aire de compétition doit être plane et ne présenter aucun danger.
- L'aire de compétition doit être un carré de 8 mètres de côté. Idéalement un mètre supplémentaire est prévu sur tous les côtés comme surface de sécurité.
- Les juges sont assis à l'extérieur de la surface de sécurité.

## **ARTICLE 2 - TENUES OFFICIELLES**

### **- LES JUGES**

- Blazer bleu marine, droit avec deux boutons argentés.
- Chemise blanche.
- Cravate officielle.
- Pantalon gris clair, uni.
- Chaussettes bleues foncées ou noires.
- Chaussons d'arbitrage noirs obligatoires.
- Sifflet métal avec cordon obligatoire.

### **- LES COMPÉTITEURS**

- Kimono blanc, sans bande ni liseré (sauf homologué FFKaraté).
- 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.
- 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.
- Le pantalon doit être de longueur suffisante pour recouvrir la moitié du tibia, sans dépasser la cheville.
- Les compétiteurs doivent avoir les cheveux propres et coupés à une longueur telle qu'elle ne gêne pas la bonne exécution des prestations. Les pinces métalliques sont interdites.
- Les lunettes sont interdites (sauf KATA), les lentilles souples autorisées. De même, aucun bijou ou piercing ne doit être porté.
- Le port de coquille-slip pour les garçons et de protège poitrine pour les filles est obligatoire à partir des catégories BENJAMINS.
- 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.

## ARTICLE 3 - ADMINISTRATION

- Tout compétiteur devra présenter son passeport sportif à jour, conforme aux règlements FFKaraté et dûment rempli.
- Il doit être titulaire au minimum de la licence de la saison en cours.
- Il doit présenter un certificat médical de la saison en cours.
- Le certificat médical doit obligatoirement être émargé sur le passeport. Seul le certificat de sur-classement peut être volant, mais doit être agrafé à la page correspondante à la saison en cours. L'autorisation parentale, obligatoire pour les mineurs, doit être émargée sur le passeport sauf pour les anciens passeports.
- Les inscriptions en ligne sont à effectuer par les clubs auprès du service compétition de la fédération. **Aucune inscription sur place ne sera admise.**
- Les coupes départementales et/ou régionales ne sont plus sélectives pour la coupe de France. Par contre, il est impératif que les compétiteurs inscrits à la coupe de France aient participé à la coupe départementale et régionale dans les ligues où elles sont organisées. Il n'y a donc plus de limitation d'inscription par catégorie et par ligue.

## ARTICLE 4 - CATÉGORIES

- Tout compétiteur concourra dans sa catégorie d'âge selon les règlements FFKaraté. L'année de naissance définit la catégorie d'appartenance pour toute la saison sportive.
- Pour les catégories équipes poussins/pupilles, benjamins/minimes, cadets/juniors et séniors, seul un des 2 équipiers peut être surclassé dans la catégorie supérieure immédiate. Le compétiteur surclassé doit avoir un certificat médical de sur-classement.
- Le certificat médical de sur-classement doit être délivré par un médecin et préciser la catégorie de sur-classement.

## ARTICLE 5 - TYPES DE COMPÉTITIONS

La compétition COMBINE comprend plusieurs épreuves de natures différentes (kata, randori, ippon kumité, kihon, défenses, expression libre, randori en cercle) en fonction des catégories.

Il existe trois types de compétitions :

### **La compétition COMBINE INDIVIDUELLE : 11 catégories**

- Poussins (mixte)
- Pupilles (mixte)
- Benjamins (mixte)
- Minimes masculins

- Minimes féminines
- Cadets
- Cadettes
- Juniors masculins
- Juniors féminines
- Séniors masculins : Séniors et Vétérans 1
- Séniors féminines : Séniors et Vétérans 1

#### **La compétition COMBINE ÉQUIPE mixte : 4 catégories**

- La catégorie poussins/pupilles
- La catégorie benjamins/minimes
- La catégorie cadets/juniors
- La catégorie séniors : Séniors et Vétérans 1

#### **La compétition KATA INDIVIDUELLE : 9 catégories**

- Poussins (mixte)
- Pupilles (mixte)
- Benjamins (mixte)
- Minimes (mixte)
- Cadets (mixte)
- Juniors masculins
- Juniors féminines
- Séniors masculins : Séniors et Vétérans 1
- Séniors féminines : Séniors et Vétérans 1

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

- Le représentant fédéral : Il est le garant de la bonne tenue de la compétition.
- Le responsable de l'arbitrage : Il nomme et gère les arbitres. Il organise la logistique propre à la compétition, il gère le temps et organise les tirages au sort.

#### **SUR CHAQUE TATAMI :**

- 1 juge central, qui autorise les débuts et fins de prestations, et ordonne (à l'aide d'un sifflet) l'exécution des votes. Il peut également interpeller le superviseur sur un problème de comportement ou de règlement.
- 2 juges latéraux qui votent à la fin des prestations.

## **À LA TABLE :**

- Un superviseur, qui juge de la bonne application du règlement (programme des épreuves) et qui intervient pour sanctionner dans les cas suivants :
  - Acte dangereux.
  - Tenues non conforme (longueur vêtements, lunettes ...).
  - Actes prohibés 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.

Dans le cas où le superviseur et l'arbitre central sont d'accord sur un problème de règlement, de comportement dangereux ou d'antijeu, l'arbitre central retourne à sa place et sans se rasseoir désigne le vainqueur. Il est dans ce cas le seul arbitre à donner la victoire. Dans le cas contraire et uniquement dans ce cas il fait appel aux arbitres latéraux.

Le superviseur peut demander la disqualification pour la totalité de la compétition d'un compétiteur qu'il jugerait dangereux au responsable de l'arbitrage national.

- Un marqueur, garant de la bonne tenue des feuilles de match.
- Un chronométrateur/annonceur.

## **ARTICLE 7 - ACCOMPAGNATEURS**

Chaque délégation peut nommer plusieurs accompagnateurs pour encadrer et superviser les compétiteurs. Ils sont seuls autorisés à pénétrer dans la salle en dehors des compétiteurs et des officiels. Ils sont habillés d'un survêtement et portent un identifiant. 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 (4 accompagnateurs par club pour les compétitions régionales et 8 accompagnateurs par ligue pour les finales nationales)

## **ARTICLE 8 - TIRAGE AU SORT**

Le tirage au sort s'effectue le matin même des épreuves en présence du responsable de l'arbitrage.

## **ARTICLE 9 - DÉROULEMENT DE LA COMPÉTITION**

Dès le début de la compétition, les compétiteurs se verront remettre un dossard qu'ils colleront dans le dos, afin de les identifier lors des phases de poules.

La première partie de la compétition se fera sous forme de poules ne pouvant excéder 4 compétiteurs. Tous les compétiteurs s'affronteront (en fonction de leur catégorie).

Seuls le 1<sup>er</sup> et le 2<sup>ème</sup> accéderont aux phases finales.

- En cas d'égalité en match de poule.
  - à 2 : les deux compétiteurs effectueront un kata de leur choix (correspondant au programme de leur catégorie).
  - à 3 : les deux compétiteurs aux extrémités de la grille de championnat effectueront un kata de leur choix (correspondant au programme de leur catégorie). Le vainqueur rencontrera le 3<sup>ème</sup> tandis que le perdant sera éliminé.
- La 2<sup>ème</sup> partie de la compétition se fera sous forme de grille à élimination directe pour accéder à la finale. Pour la 3<sup>ème</sup> place, les candidats éliminés par les 2 finalistes seront repêchés.

## **ARTICLE 10 - DÉROULEMENT DES MATCHS** (Poules et phases finales)

### • **DÉMARRAGE**

Compétition individuelle : Dans les épreuves techniques, randori, assauts imposés et kata, c'est le compétiteur AKA qui commencera la prestation ou portera la 1<sup>ère</sup> attaque. Dans l'épreuve "kihons" (poussins et pupilles) les 2 compétiteurs passeront en même temps.

Compétition équipe : C'est toujours l'équipe AKA qui démarra le match.

### • **MISE EN GARDE**

Dans les épreuves techniques, randori, assauts imposés, les 2 compétiteurs démarrent face à face et en garde à gauche (jambe droite derrière). Toute attaque portée se fera en avançant la jambe droite. Lors de l'épreuve technique, les compétiteurs doivent impérativement reprendre leur place initiale après chaque technique.

### • **ANTIJEU**

Durant l'épreuve technique et le randori, il est interdit à Uke de résister ou de s'accrocher à Tori alors qu'un ATEMI "efficace" avec contrôle a été porté par celui-ci empêchant Tori de pouvoir exprimer sa technique normalement.

À l'inverse, si l'ATEMI de Tori manque de précision et de kimé, Uke ne sera pas sanctionné.

- **RANDORI**

Dans le randori à 2, il ne doit pas y avoir de temps morts. Les compétiteurs enchaînent les attaques et défenses les unes derrière les autres sans revenir au centre du tatami pour reprendre leur position de départ. De même, lorsque des armes sont utilisées, il ne doit pas y avoir de temps mort permettant de récupérer physiquement. Le travail technique doit rester réaliste.

Il est interdit dans le randori de se défendre avec une arme contre l'adversaire, l'utilisation d'une arme n'est autorisée que pour l'attaque et non pour la défense.

Dans le randori en cercle, les attaques sont imposées par le règlement. Ces dernières doivent être franches.

# COMPÉTITIONS COMBINE INDIVIDUELLES ENFANTS

**Poussins – Pupilles** (*Programme identique, mais 2 catégories*)

## EN PHASE DE POULE :

- 1<sup>er</sup> match : kata\*
- 2<sup>ème</sup> match : défenses\*\*
- 3<sup>ème</sup> match : kihons\*\*\*

### **KATA\***

Tai-Jitsu kata Shodan, Nidan ou Soshun au choix du compétiteur.

**DÉFENSES\*\*** (*on entend par technique de défense : une esquive, un atemi préparatoire et une technique de projection suivie éventuellement d'un atemi final ou d'une technique par Atemi. Les techniques de balayage et de "sutemi" sont acceptées comme projections.*)

- 1<sup>ère</sup> défense par atemi sur : Saisie d'un poignet opposé de face.
- 2<sup>ème</sup> défense par projection sur : Saisie d'un poignet direct de face.

*Chaque compétiteur exécute ses 2 techniques à la suite.*

### **KIHONS\*\*\***

Enchaînement sur 4 pas sur ordre de l'arbitre : *Les deux compétiteurs passent en même temps.*

- Kamae (en garde) jambe droite derrière.
- 1 / en avançant : Jodan age uke droit en fudo dachi + gyaku zuki chudan en zen kutsu dachi.
- 2 / en avançant : Mae geri shudan gauche, puis reposé le pied en zen kutsu dachi.
- 3 / en avançant : Gedan barai droit en fudo dachi.
- 4 / en avançant : Oi zuki chudan en zen kutsu dachi.
- Retour en Yoi à l'ordre de l'arbitre (YAME).

## PHASE D'ÉLIMINATION DIRECTE

Alternance des 2 épreuves suivantes :

**Kata** : exécution de Tai-Jitsu kata Shodan, Nidan ou Soshun au choix

**Technique** : *Chaque compétiteur exécute ses 2 techniques à la suite.*

- 1<sup>ère</sup> défense par atemi sur : Saisie d'un poignet opposé de face.
- 2<sup>ème</sup> défense par projection sur : Saisie d'un poignet direct de face.

**FINALES 1<sup>ère</sup> ET 3<sup>ème</sup> PLACE** : enchaînement de l'épreuve Kata et Technique pour déterminer le vainqueur

**REPÊCHAGES** : Epreuve Kihons (idem match 3 des poules)



# COMPÉTITIONS COMBINE INDIVIDUELLES JEUNES

**Benjamins - Minimes masculins & féminines - Cadets masculins & féminines**

*(Soit 5 catégories distinctes, mais même programme)*

## **EN PHASE DE POULE :**

- 1<sup>er</sup> match : Kata\*
- 2<sup>ème</sup> match : Randori \*\*
- 3<sup>ème</sup> match : Ippon Kumite\*\*\*

### **KATA\***

Au choix du compétiteur : 1 kata de base ou Soshun.

### **RANDORI\*\***

Randori de saisie de 1 minute :

*Les encerclements et étranglements sont considérés comme des saisies. Les attaques au sol sont interdites, la saisie se fait uniquement debout. Il est interdit de stopper la saisie par une frappe d'arrêt.*

### **IPPON KUMITE\*\*\***

Les deux compétiteurs sont en garde à gauche (pied gauche devant). Les attaques ainsi que le niveau sont annoncés par Tori qui attendra au minimum 2 secondes avant de déclencher son attaque.

L'épreuve est composée des 4 attaques suivantes exécutées à droite :

- 1<sup>ère</sup> attaque : Oï Zuki Jodan droit,
- 2<sup>ème</sup> attaque : Oï Zuki Chudan droit,
- 3<sup>ème</sup> attaque : Mae Geri Chudan droit,
- 4<sup>ème</sup> attaque : Mawashi Geri Jodan ou Chudan de la jambe arrière (droite).

La perception de l'attaque de la part de Uke doit le conduire à la meilleure opportunité dans la contre-attaque (Go no Sen ou Sen no Sen), qui comprendra des enchaînements de son choix ; utilisant les principes techniques du Taï Jitsu (taï sabaki, atemis, clefs et/ou projections), contrôle et mise à l'abandon, étranglements.

## **PHASE D'ÉLIMINATION DIRECTE**

Alternance des 2 épreuves suivantes :

**Kata** : exécution d'un kata de base ou Soshun au choix

**Randori** de saisie de 1 minute : *Les encerclements et étranglements sont considérés comme des saisies. Les attaques au sol sont interdites, la saisie se fait uniquement debout. Il est interdit de stopper la saisie par une frappe d'arrêt.*

**FINALES 1<sup>ère</sup> ET 3<sup>ème</sup> PLACE** : enchaînement de l'épreuve Kata et Randori pour déterminer le vainqueur

**REPÊCHAGES** : Epreuve Ippon Kumité (idem match 3 des poules)

# COMPÉTITIONS COMBINE INDIVIDUELLES ADULTES

**Juniors masculins & féminines - Séniors masculins & féminines**

**Vétérans 1 masculins et féminins (de 35 à 45 ans)**

*(Soit 4 catégories distinctes, mais avec même programme)*

## **EN PHASE DE POULE :**

- 1<sup>er</sup> match : Kata\*
- 2<sup>ème</sup> match : Randori \*\*
- 3<sup>ème</sup> match : Ippon Kumite\*\*\*

### **KATA\***

Au choix du compétiteur : 1 kata de base, Soshun, Godan ou taï-jitsu no nijushiho.

### **RANDORI\*\***

Randori de saisie de 1 minute.

*Les encerclements et étranglements sont considérés comme des saisies. Les attaques au sol sont interdites, la saisie se fait uniquement debout. Il est interdit de stopper la saisie par une frappe d'arrêt.*

### **IPPON KUMITE\*\*\***

Les deux compétiteurs sont en gardes à gauche (pied gauche devant). Les attaques ainsi que le niveau sont annoncés par Tori qui attendra au minimum 2 secondes avant de déclencher son attaque.

L'épreuve est composée des 4 attaques suivantes exécutées à droite :

- 1<sup>ère</sup> attaque : Oï Zuki Jodan droit,
- 2<sup>ème</sup> attaque : Oï Zuki Chudan droit,
- 3<sup>ème</sup> attaque : Mae Geri Chudan droit,
- 4<sup>ème</sup> attaque : Mawashi Geri Jodan ou Chudan de la jambe arrière (droite).

La perception de l'attaque de la part de Uke doit le conduire à la meilleure opportunité dans la contre-attaque (Go no Sen ou Sen no Sen), qui comprendra des enchaînements de son choix ; utilisant les principes techniques du Taï Jitsu (taï sabaki, atemis, clefs et/ou projections), contrôle et mise à l'abandon, étranglements.

## **PHASE D'ÉLIMINATION DIRECTE :**

Alternance des 2 épreuves suivantes :

**Kata** : exécution d'un kata de base, Soshun, Godan ou taï-jitsu no nijushiho.

**Randori** de saisie de 1 minute : *Les encerclements et étranglements sont considérés comme des saisies. Les attaques au sol sont interdites, la saisie se fait uniquement debout. Il est interdit de stopper la saisie par une frappe d'arrêt.*

**FINALES 1<sup>ère</sup> ET 3<sup>ème</sup> PLACE :**

Randori en cercle contre armes.

**DÉFINITION DU RANDORI EN CERCLE :**

- Les finalistes passeront l'épreuve du randori en cercle chacun leur tour (AKA en premier).
- Le compétiteur sera attaqué successivement par 6 adversaires placés en cercle autour de lui. Tous les compétiteurs des quarts de finale participent au randori en cercle.
- Les attaques se feront sur un pas en avançant la jambe droite.

L'arme (épointée en bois ou en mousse) sera tenue dans la main droite. Les attaques sont imposées dans l'ordre précis suivant :

- 1<sup>ère</sup> attaque par matraque (tambo) : circulaire à la tête
- 2<sup>ème</sup> attaque par matraque (tambo) : verticale de haut en bas
- 3<sup>ème</sup> attaque par matraque (tambo) : en revers au niveau tête
- 4<sup>ème</sup> attaque par couteau (tanto) : en pique au ventre (tranchant vers le sol)
- 5<sup>ème</sup> attaque par couteau (tanto) : de bas en haut au ventre
- 6<sup>ème</sup> attaque par couteau (tanto) : en revers en coupe au niveau tête

**REPÊCHAGE :** Epreuve Ippon Kumité (idem match 3 des poules)

# COMPÉTITIONS COMBINE ÉQUIPES

Les équipes sont constituées de deux compétiteurs masculins, deux féminines ou d'un masculin et d'une féminine. Possibilité que l'un des 2 coéquipiers soit surclassé si celui-ci est dans la dernière année de sa catégorie avec un certificat médical de sur-classement.

## POUSSINS ET PUPILLES

### EN PHASE DE POULE :

- 1<sup>er</sup> match : Kata\*
- 2<sup>ème</sup> match : Technique\*\*
- 3<sup>ème</sup> match : Expression libre\*\*\*

#### **KATA\***

Au choix de l'équipe : Tai-Jitsu kata shodan, Nidan ou Soshun synchronisé.

#### **TECHNIQUE\*\***

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 et une par projection pour chacun des coéquipiers. Les coéquipiers reprennent leur place initiale après chaque technique.

#### **EXPRESSION LIBRE \*\*\***

Création et exécution d'un kata synchronisé de 4 déplacements minimums.

### PHASE D'ÉLIMINATION DIRECTE

Alternance des 2 épreuves suivantes :

**Kata** : exécution d'un kata de base, Soshun au choix synchronisé

**Techniques** : 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 et une par projection pour chacun des coéquipiers. Les coéquipiers reprennent leur place initiale après chaque technique.

**FINALES 1<sup>ère</sup> ET 3<sup>ème</sup> PLACE** : enchaînement de l'épreuve Kata et Technique pour déterminer l'équipe vainqueur

**REPÊCHAGES** : Expression libre (idem match 3 des poules)

# COMPÉTITIONS COMBINE ÉQUIPES

## BENJAMINS ET MINIMES

### EN PHASE DE POULE :

- 1<sup>er</sup> match : Kata\*
- 2<sup>ème</sup> match : Randori\*\*
- 3<sup>ème</sup> match : Expression libre\*\*\*

#### **KATA\***

Au choix de l'équipe : Exécution d'un kata de base ou Soshun synchronisé

#### **RANDORI\*\***

Randori de démonstration de trois techniques de défense par atémi, clef ou projection pour chacun des coéquipiers soit 6 techniques en tout. Les défenses sont libres, mais il devra y avoir une attaque par atémi, une attaque par saisie avant et une attaque par saisie arrière pour chacun des coéquipiers (donc, pas de retour à la place initiale). L'ordre des attaques est au choix des compétiteurs.

#### **EXPRESSION LIBRE \*\*\***

Création et exécution d'un kata synchronisé de 6 déplacements minimums.

### PHASE D'ÉLIMINATION DIRECTE

Alternance des 2 épreuves suivantes :

**Kata** : exécution d'un kata de base, Soshun au choix synchronisé

**Techniques** : démonstration de deux techniques de défense sur saisies de poignets par chacun des coéquipiers, soit 6 défenses en tout. Les défenses sont libres mais il devra y avoir une attaque par atémi, une attaque par saisie avant et une attaque par saisie arrière pour chacun des coéquipiers (sans retour à la place initiale). L'ordre des attaques est au choix des compétiteurs.

**FINALES 1ère ET 3ème PLACE** : enchaînement de l'épreuve Kata et Technique pour déterminer l'équipe vainqueur

**REPÊCHAGES** : Expression libre (idem match 3 des poules)

# COMPÉTITIONS COMBINE ÉQUIPES

## CADETS ET JUNIORS

### EN PHASE DE POULE :

- 1<sup>er</sup> match : Kata\*
- 2<sup>ème</sup> match : Randori\*\*
- 3<sup>ème</sup> match : Expression libre\*\*\*

### **KATA\***

Au choix de l'équipe : Exécution d'un kata de base, Soshun, Godan ou tai-jitsu no nijushiho synchronisé.

### **RANDORI\*\***

Randori de démonstration d'une minute. Arme autorisée (uniquement bâton court).

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

### **EXPRESSION LIBRE \*\*\***

Création d'un "bunkai" de 3 phases d'un kata individuel au choix parmi la liste des katas officiels de Tai-Jitsu.

### **PHASE D'ÉLIMINATION DIRECTE**

Alternance des 2 épreuves suivantes :

**Kata** : exécution d'un kata de base, Soshun, Godan ou tai-jitsu no nijushiho synchronisé.

**Randori** de démonstration d'une minute. Arme autorisée (uniquement bâton court).

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

**FINALES 1ère ET 3ème PLACE** : enchaînement de l'épreuve Kata et Randori pour déterminer l'équipe vainqueur

*\*On laissera 20 secondes de récupération entre le kata et le randori.*

**REPÊCHAGES** : Expression libre (idem match 3 des poules)

# COMPÉTITIONS COMBINE ÉQUIPES

## SÉNIORS

### EN PHASE DE POULE :

- 1<sup>er</sup> match : Kata\*
- 2<sup>ème</sup> match : Randori \*\*
- 3<sup>ème</sup> match : Expression libre\*\*\*

### **KATA\***

Au choix de l'équipe : Exécution d'un kata de base, Soshun, Godan ou tai-jitsu no nijushiho synchronisé.

### **RANDORI\*\***

Randori de démonstration d'une minute.

Armes autorisées (tanto époiné et non tranchant, bâton court).

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

### **EXPRESSION LIBRE \*\*\***

Création d'un "bunkai" de 5 phases d'un kata individuel au choix parmi la liste des katas officiels de TAI JITSU.

### **PHASE D'ÉLIMINATION DIRECTE**

Alternance des 2 épreuves suivantes :

**Kata** : exécution un kata de base, Soshun, Godan ou tai-jitsu no nijushiho synchronisé.

**Randori** de démonstration d'une minute. Arme autorisée (uniquement bâton court).

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

**FINALES 1ère ET 3ème PLACE** : enchaînement de l'épreuve Kata et Randori pour déterminer l'équipe vainqueur

*\*On laissera 20 secondes de récupération entre le kata et le randori.*

**REPÊCHAGES** : Expression libre (idem match 3 des poules)

## COMPÉTITIONS KATA INDIVIDUELS

La compétition se fera par élimination directe pour accéder à la finale. Pour la place de 3<sup>ème</sup>, les candidats éliminés par les 2 finalistes se rencontreront. Il n'y a pas de repêchage.

### Catégories mixtes **POUSSINS – PUPILLES – BENJAMINS – MINIMES - CADETS**

(5 catégories avec le même programme)

Un kata différent doit être exécuté à chaque tour lors des phases éliminatoires.

Chaque compétiteur doit connaître au minimum 2 katas qu'il peut présenter en alternance.

Le kata présenté en finale 1<sup>ère</sup> et 3<sup>ème</sup> place peut être identique à celui de la demi-finale (tour précédent).

Les katas présentés doivent faire partie de la liste suivante :

- Tai jitsu kata shodan
- Tai jitsu kata nidan
- Tai jitsu kata sandan
- Soshun

### Catégories **JUNIORS – SENIORS**

(4 catégories avec le même programme)

Un kata différent doit être exécuté à chaque tour lors des phases éliminatoires.

Chaque compétiteur doit connaître au minimum 2 katas qu'il peut présenter en alternance.

Le kata présenté en finale 1<sup>ère</sup> et 3<sup>ème</sup> place peut être identique à celui de la demi-finale (tour précédent).

Les katas présentés doivent faire partie de la liste suivante :

- Tai jitsu kata Shodan
- Tai jitsu kata Nidan
- Tai jitsu kata Sandan
- Soshun
- Tai jitsu kata Godan
- Tai jitsu no Nijushiho