



FÉDÉRATION  
FRANÇAISE  
**KARATÉ**

**REGLEMENTATION DES COMPETITIONS**

**TAÏ-JITSU**



## **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 ARBITRES**

- Blazer bleu marine, droit avec deux boutons argentés.
- Chemise blanche.
- Cravate officielle.
- Pantalon gris clair, uni.
- Chaussettes bleu foncé 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 FF Karaté 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 se font en ligne sur le site officiel de la FFKaraté dans les délais prévus par la commission d'arbitrage.
- **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 ou 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, seul un des 2 équipiers peut être surclassé dans la catégorie immédiatement supérieure et à condition qu'il soit né(e) au cours de la dernière année de sa catégorie. Le compétiteur surclassé doit présenter un certificat médical de non contre-indication au sur-classement qui précisera la catégorie dans laquelle il participera.

## **ARTICLE 5 - TYPES DE COMPÉTITIONS**

Il existe deux types de compétitions :

### **La compétition INDIVIDUELLE :**

- Poussins (mixte)
- Pupilles (mixte)
- Benjamins (mixte)
- Minimes masculins
- Minimes féminines
- Cadets
- Cadettes
- Juniors masculins
- Juniors féminines
- Séniors masculins : les Séniors et Vétérans 1 sont regroupés dans cette catégorie
- Séniors féminines : les Séniors et Vétérans 1 sont regroupées dans cette catégorie

### **La compétition ÉQUIPE mixte :**

- La catégorie poussins/pupilles
- La catégorie benjamins/minimes
- La catégorie cadets/juniors
- La catégorie séniors : regroupe les Séniors et les vétérans 1

Remarque : la Coupe de France de Taï Jitsu n'est plus ouverte aux catégories vétérans 2 et 3

## **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 arbitre central, qui autorise les débuts et fins de prestations, et ordonne (à l'aide d'un sifflet) l'exécution des votes. Il peut également intervenir 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 (anti-jeu).
  - Acte contraire à l'éthique des arts martiaux.
- 2 arbitres latéraux qui votent à la fin des prestations.

### **À LA TABLE :**

- 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 (2 accompagnateurs par club pour les compétitions régionales et 4 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.

La première partie de la compétition se fera sous forme de poules ne pouvant excéder 4 compétiteurs. Tous les compétiteurs de la poule s'affronteront.

Dans l'hypothèse où une poule ne comporte que deux compétiteurs, et que le même compétiteur remporte les deux premiers matchs ; il n'y aura pas de troisième match.

Seuls le 1<sup>er</sup> et le 2<sup>ème</sup> de la poule 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 *KIHON* (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.

### **□ ANTI-JEU**

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 s'exprimer techniquement.

À l'inverse, si l'atemi de Tori manque de précision et de kime, 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.

## COMPÉTITIONS INDIVIDUELLES ENFANTS

### Poussins et Pupilles

*(Programme identique pour les 2 catégories)*

#### PHASES DE POULES

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

#### **KATA\***

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

#### **DÉFENSES SUR ATTAQUES IMPOSEES\*\* :**

Le compétiteur AKA commencera la prestation ou portera la 1<sup>ère</sup> attaque

La première défense comprendra une esquive et un ou plusieurs atemis.

La deuxième défense comprendra : un atemi préparatoire et une technique de projection suivie éventuellement d'un atemi final. Les techniques de balayage ou par sutemi sont acceptées comme projections.

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

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

#### **KIHON\*\*\***

Enchaînement sur 4 pas sur ordre de l'arbitre :

- 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 reposer 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 position hachiji dachi (Yôï) sur ordre de l'arbitre (YAME).

*Les deux compétiteurs passent en même temps. Le kiaï se fera uniquement lors de l'exécution du oi zuki lors du 4<sup>e</sup> pas*



## **PHASE D'ÉLIMINATIONS DIRECTES :**

### **DÉFENSES SUR ATTAQUES IMPOSEES\*\* :**

Le compétiteur AKA commencera la prestation ou portera la 1<sup>ère</sup> attaque

La première défense comprendra une esquive et un ou plusieurs atémis.

La deuxième défense comprendra : un atémi préparatoire et une technique de projection suivie éventuellement d'un atémi final. Les techniques de balayage ou par sutemi sont acceptées comme projections.

- 1<sup>ère</sup> défense par atémi sur : Saisie croisée d'un poignet de face.
- 2<sup>ème</sup> défense par projection sur : Saisie directe d'un poignet de face.

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

## **REPÊCHAGES :**

Tous les compétiteurs repêchés seront soumis à la même épreuve durant les tours de repêchage ; qui sera l'épreuve **KIHON\*\*\***

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

### **KATA\***

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

### **DÉFENSES SUR ATTAQUES IMPOSEES\*\* :**

Le compétiteur AKA commencera la prestation ou portera la 1<sup>ère</sup> attaque

La première défense comprendra une esquive et un ou plusieurs atémis.

La deuxième défense comprendra : un atémi préparatoire et une technique de projection suivie éventuellement d'un atémi final. Les techniques de balayage ou par sutemi sont acceptées comme projections.

- 1<sup>ère</sup> défense par atémi sur : Saisie croisée d'un poignet de face.
- 2<sup>ème</sup> défense par projection sur : Saisie directe d'un poignet de face.

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

## COMPÉTITIONS INDIVIDUELLES ENFANTS

### Benjamins (mixte)\* - Minimes garçons - Minimes filles – Cadets - Cadettes

*(Programme identique pour les 5 catégories)*

#### PHASE DE POULES :

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

#### **KATA\***

Au choix du compétiteur parmi : Tai-Jitsu kata Shodan, Nidan, sandan, Sôshun.

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

Le compétiteur AKA commencera la prestation ou portera la 1<sup>ère</sup> attaque

\*Pour la catégorie benjamin les attaques seront uniquement ; des saisies de poignets avant ou arrière, ou saisie du revers, ou du col en arrière avec le bras droit.

Randori de saisie de 1 minute :

*Les encerclements et étranglements sont considérés comme des saisies.*

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

Le compétiteur AKA commencera la prestation ou portera la 1<sup>ère</sup> attaque

**Dans le Taï Jitsu : Tori est celui qui se défend, et Uke est celui qui attaque.**

Les deux compétiteurs sont en garde à gauche (pied gauche devant). Les attaques ainsi que leur niveau sont annoncées par Uke, 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 : Oi Zuki Jodan droit,
- 2<sup>ème</sup> attaque : Oi 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 Tori doit le conduire à la meilleure opportunité dans la défense (Go no Sen ou Sen no Sen). La défense comprendra des enchaînements de son choix ; utilisant les principes techniques du Taï Jitsu : taï sabaki, atemis, clef et/ou projection, contrôle avec mise à l'abandon avec ou sans étranglement.

## **PHASE D'ÉLIMINATIONS DIRECTES :**

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

Le compétiteur AKA commencera la prestation ou portera la 1<sup>ère</sup> attaque

Randori de saisie de 1 minute :

*Les encerclements et étranglements sont considérés comme des saisies.*

### **REPÊCHAGES :**

Tous les compétiteurs repêchés seront soumis à la même épreuve durant les tours de repêchage ; qui sera l'épreuve IPPON KUMITE\*\*\*

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

### **KATA\***

Au choix du compétiteur parmi : Tai-Jitsu kata Shodan, Nidan, sandan, Sôshun.

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

Le compétiteur AKA commencera la prestation ou portera la 1<sup>ère</sup> attaque

Randori de saisie de 1 minute :

*Les encerclements et étranglements sont considérés comme des saisies.*

## COMPÉTITIONS INDIVIDUELLES ADULTES

### Juniors garçons - Juniors filles

### Séniors et Vétérans 1 garçons - Séniors et Vétérans 1 filles

*(Programme identique pour les 4 catégories)*

#### PHASE DE POULE :

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

#### **KATA\***

Au choix du compétiteur parmi : Tai-Jitsu kata Godan, Sôchun, Taï Jitsu no Nijûshiho.

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

Le compétiteur AKA commencera la prestation ou portera la 1<sup>ère</sup> attaque

Randori de saisie de 1 minute :

*Les encerclements et étranglements sont considérés comme des saisies.*

#### **GOSHIN SHOBU \*\*\***

L'épreuve est composée de 4 attaques exécutées à droite.

Les 4 attaques font partie d'une série comprenant : 1 attaque par atemi, 1 saisie de face, 1 saisie arrière, 1 attaque avec arme.

AKA débutera en prenant le rôle Uke, en exécutant successivement les 4 attaques de la série. Puis les compétiteurs changeront de rôle. Chaque attaque imposée sera annoncée distinctement avant chaque assaut par la table.

Les défenses comprendront des enchaînements; utilisant les principes techniques du Taï Jitsu : taï sabaki, atemis, clef et/ou projection, contrôle avec mise à l'abandon avec ou sans étranglement.

Sur les saisies ; Tori immobile (yôï) en position hachiji dachi, doit se laisser saisir.

Sur les attaques par atemi, ou avec arme ; Tori se place en garde avant le déclenchement de l'attaque.

<b>SERIE</b>		
1	Coup de poing direct au plexus sur un pas	Oï zuki shudan droit
2	Saisie du revers avec la main droite	Muna dori
3	Saisie arrière du col par main droite	Ushiro eri dori
4	Bâton court : attaque oblique à la tête, sur un pas.	Yokomen uchi

## **PHASE D'ÉLIMINATIONS DIRECTES :**

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

Le compétiteur AKA commencera la prestation ou portera la 1<sup>ère</sup> attaque

Randori de saisie de 1 minute :

*Les encerclements et étranglements sont considérés comme des saisies.*

### **REPÊCHAGES :**

Tous les compétiteurs repêchés seront soumis à la même épreuve durant les tours de repêchage ; qui sera l'épreuve **GOSHIN SHOBU\*\*\***

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

### **KATA\***

Au choix du compétiteur parmi : Tai-Jitsu kata Godan, Sôchun, Taï Jitsu no Nijûshiho.

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

Le compétiteur AKA commencera la prestation ou portera la 1<sup>ère</sup> attaque

Randori de saisie de 1 minute :

*Les encerclements et étranglements sont considérés comme des saisies.*

**COMPÉTITIONS**  
**ÉQUIPES**  
**Poussins – Pupilles**

L'équipe AKA débute la prestation

**PHASE DE POULE :**

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

**KATA\***

Kata en parallèle synchronisé au libre choix de l'équipe parmi : Taï-Jitsu kata shodan, Nidan.

**TECHNIQUE\*\***

Démonstration de deux techniques de défense sur saisies de poignet(s) par chacun des co-équipiers, soit 4 défenses en tout.

Chaque co-équipier appliquera une défense par atemi, et une par projection. Les co-équipiers reprennent leur place initiale après chaque technique.

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

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

**PHASE D'ÉLIMINATION DIRECTE :**

**TECHNIQUE\*\***

Démonstration de deux techniques de défense sur saisies de poignet(s) par chacun des co-équipiers, soit 4 défenses en tout.

Chaque co-équipier appliquera une défense par atemi, et une par projection. Les co-équipiers reprennent leur place initiale après chaque technique.

**REPÊCHAGES :**

Tous les compétiteurs repêchés seront soumis à la même épreuve durant les tours de repêchage ; qui sera l'épreuve **EXPRESSION LIBRE\*\*\***

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

### ***KATA\****

Kata en parallèle synchronisé au libre choix de l'équipe parmi : Taï-Jitsu kata shodan, Nidan.

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

Démonstration de deux techniques de défense sur saisies de poignet(s) par chacun des co-équipiers, soit 4 défenses en tout.

Chaque co-équipier appliquera une défense par atemi, et une par projection. Les co-équipiers reprennent leur place initiale après chaque technique.



**COMPÉTITIONS  
EQUIPES  
Benjamins-Minimes**

L'équipe AKA débute la prestation

**PHASE DE POULE :**

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

***KATA\****

Kata en parallèle synchronisé au libre choix de l'équipe parmi : Taï-Jitsu kata shodan, Nidan, Sôchun.

***RANDORI\*\****

Randori de démonstration de trois défenses par atemi, clef ou projection pour chacun des coéquipiers soit 6 défenses en tout. Les défenses sont libres, mais les attaques sont imposées : une attaque par atemi, une attaque par saisie de face, et une attaque par saisie arrière pour chacun des coéquipiers. L'ordre des attaques est au libre choix des compétiteurs.

Durant un randori ; il n'y a pas de retour aux places initiales.

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

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

**PHASE D'ÉLIMINATION DIRECTE :**

***RANDORI\*\****

Randori de démonstration de trois défenses par atemi, clef ou projection pour chacun des coéquipiers soit 6 défenses en tout. Les défenses sont libres, mais les attaques sont imposées : une attaque par atemi, une attaque par saisie de face, et une attaque par saisie arrière pour chacun des coéquipiers. L'ordre des attaques est au libre choix des compétiteurs.

Durant un randori ; il n'y a pas de retour aux places initiales.

**REPÊCHAGES :**

Tous les compétiteurs repêchés seront soumis à la même épreuve durant les tours de repêchage ; qui sera l'épreuve ***EXPRESSION LIBRE \*\*\****

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

### ***KATA\****

Kata en parallèle synchronisé au libre choix de l'équipe parmi : Taï-Jitsu kata shodan, Nidan, Sôchun.

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

Randori de démonstration de trois défenses par atemi, clef ou projection pour chacun des coéquipiers soit 6 défenses en tout. Les défenses sont libres, mais les attaques sont imposées : une attaque par atemi, une attaque par saisie de face, et une attaque par saisie arrière pour chacun des coéquipiers. L'ordre des attaques est au libre choix des compétiteurs.

Durant un randori ; il n'y a pas de retour aux places initiales.

**COMPÉTITIONS  
ÉQUIPES  
Cadets -Juniors**

L'équipe AKA débute la prestation

**PHASE DE POULE :**

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

***KATA\****

Kata en parallèle synchronisé au libre choix de l'équipe parmi : Taï Jitsu kata sandan, Sôshun ou Taï Jitsu kata godan.

***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.

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

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

**PHASE D'ÉLIMINATION DIRECTE :**

***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.

**REPÊCHAGES :**

Tous les compétiteurs repêchés seront soumis à la même épreuve durant les tours de repêchage ; qui sera l'épreuve ***EXPRESSION LIBRE \*\*\****

## **FINALES 1ère ET 3ème PLACE**

### **KATA\***

Kata en parallèle synchronisé au libre choix de l'équipe parmi : Taï Jitsu kata sandan, Sôshun ou Taï Jitsu kata godan.

### **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.

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

**COMPÉTITIONS  
ÉQUIPES  
Seniors –vétérans 1**

**EN PHASE DE POULE :**

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

***KATA\****

Kata en parallèle synchronisé au libre choix de l'équipe parmi : Taï Jitsu kata sandan, Sôshun, Taï Jitsu kata godan ou Taï Jitsu no Nijûshiho.

***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.

***KATA SUPERIEUR\*\*\****

Présentation avec partenaire d'une des 3 séries du kata Taï Jitsu kata Yodan au libre choix de l'équipe (la phase lente ne devra pas être présentée).

**PHASE D'ÉLIMINATION DIRECTE :**

***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.

**REPÊCHAGES :**

Tous les compétiteurs repêchés seront soumis à la même épreuve durant les tours de repêchage ; qui sera l'épreuve ***KATA SUPERIEUR\*\*\****

## **FINALES 1ère ET 3ème PLACE**

### **KATA\***

Kata en parallèle synchronisé au libre choix de l'équipe parmi : Taï Jitsu kata sandan, Sôshun, Taï Jitsu kata godan ou Taï Jitsu no Nijûshiho.

### **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.

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