

Juillet 2010

DESCRIPTIF DES EPREUVES

Descriptif susceptible d'être modifié suite au séminaire de travail du Collège Technique (25/26 sept 2010)

Merci de vérifier ces contenus début octobre.

L'ATT de niveau 1 de la FFWaemc se compose de 3 Unités de Valeurs, particulières et indépendantes les unes des autres. Le cumul des 3 UV est nécessaire et indispensable.

Les UV réussies sont capitalisables entre elles, ce qui peut permettre à un candidat ayant réussi une ou deux UV une première fois de les conserver pour une date ultérieure et de ne re-présenter que l'UV échouée.

Chaque UV est notée sur 20, 30 ou 50 points selon son importance technique. Le candidat sera admis à l'examen s'il réussit chaque UV.

Les 3 UV se déclinent donc comme suit :

- L'UV 1 concerne le Tao - Lu (suite de mouvements enchaînés)
- L'UV 2 concerne les Gong-Fang (confrontation à deux sur attaques codifiées)
- L'UV 3 concerne le combat San Shou (combat libre et technique)

1. L'UV 1 – Tao-Lu

U.V Validée si 25/50

L'UV 1 repose sur l'exécution d'enchaînements codifiés.

Les Tao - Lu demandés sont au nombre de 2.

- 1 Tao - Lu main nue libre
- 1 Tao - Lu main nue ou arme libre, au choix du candidat

La durée d'exécution des Tao-Lu ne pourra être inférieure à 45 secondes (hors salut)

2. L'UV 2 – Gong-Fang – Confrontation à deux codifiée

U.V Validée si 15/30

L'UV 2 s'articulera sur un système d'attaques – défenses variées et codifiées entre 2 partenaires.

Les attaques sont portées sur un pas avec le genre et le niveau (hauteur) annoncés au préalable par les juges. L'attaquant devra exécuter sa technique avec vitesse et conviction afin de ne pas fausser la confrontation. Les attaques seront portées sur le partenaire en position d'attente, elles seront au nombre de 5 avec les membres supérieurs et de 5 avec les membres inférieurs.

- 3 attaques seront portées du côté droit
- 2 attaques seront portées du côté gauche

Les défenses seront libres et contrôlées et devront comporter 2 ripostes minimum. Les coups de poings et de pieds retournés ne sont pas autorisés.

3. L'UV 3 – Combat San-Shou – Confrontation à deux libre

U.V Validée si 10/20

Chaque candidat devra réaliser un combat de 3' maximum.

La connotation de ce genre de combat est toute tournée vers le contrôle et la technicité.

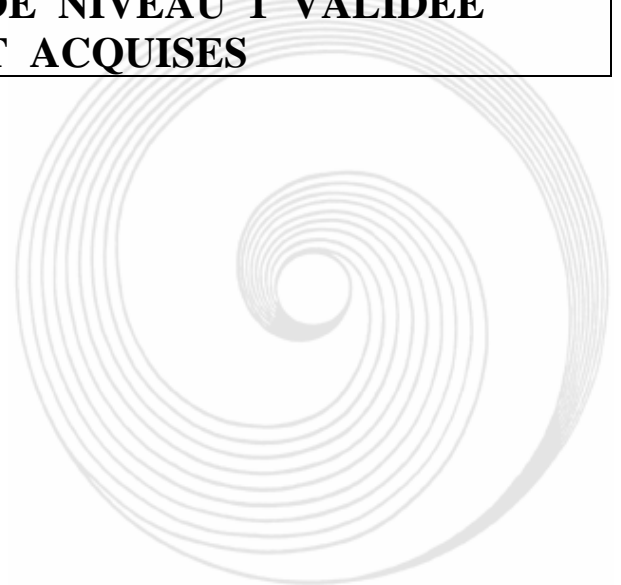
Le candidat devra faire preuve des qualités suivantes :

- Richesse des savoirs (diversité technique)
- Contrôle adapté (gestion des distances)
- Temps de réaction (opportunité)
- Aisance motrice (étagement des attaques)
- Gestion du combat (tactique de défense)

L'usage des protections est obligatoire pour cette UV 3 et devra se conformer au règlement de compétition en vigueur. Elles seront dans tous les cas fournies par le candidat.

RECAPITULATIF

U.V. 1 TAO – LU ENCHAÎNEMENTS	U.V. 2 GONG – FANG CONFRONTATIONS	U.V. 3 SAN-SHOU ASSAUTS CONTROLES
1 ^{er} TAO - LU Mains nues	Savoirs utiles : 10 Techniques de défenses différentes par rapport à une attaque sur 1 pas : - 5 poings - 5 pieds	1 Combat libre de 3' (contrôle obligatoire)
2 ^{ème} TAO - LU Mains nues ou arme au choix		- Diversité des Techniques - Gestion de la Distance - Opportunité - Etagement des Attaques - Tactique de Défense
U.V. Validée si : 25 / 50	U.V. Validée si : 15 / 30	U.V. Validée si : 10 / 20
ATTESTATION TECHNIQUE DE NIVEAU 1 VALIDEE SI LES 3 UV SONT ACQUISES		



Juillet 2010

DESCRIPTIF DES EPREUVES

Descriptif susceptible d'être modifié suite au séminaire de travail du Collège Technique (25/26 sept 2010)

Merci de vérifier ces contenus début octobre

L'ATT de niveau 2 de la FFWaemc se compose de 5 Unités de Valeurs, particulières et indépendantes les unes des autres. Le cumul des 5 UV est nécessaire et indispensable. Les UV réussies sont capitalisables entre elles, ce qui peut permettre à un candidat ayant réussi une ou deux UV une première fois de les conserver pour une date ultérieure et de ne re-présenter que l'UV échouée. Chaque UV est notée sur 20, 25 ou 75 points selon son importance technique. Le candidat sera admis à l'examen s'il réussit chaque UV.

Les 4 UV se déclinent donc comme suit :

- ❖ L'UV 1 concerne le Tao - Lu (suite de mouvements enchaînés)
- ❖ L'UV 2 concerne le Fang Fa (explication martiale d'un Tao Lu de mains)
- ❖ L'UV 3 concerne les Gong-Fang (confrontation à deux sur attaques codifiées)
- ❖ L'UV 4 concerne le combat San Shou (combat libre et technique)
- ❖ L'UV 5 concerne l'entretien théorique (connaissance du candidat)

1/ L'UV 1 – Tao-Lu

U.V Validée si 37,5/75

L'UV 1 repose sur l'exécution d'enchaînements codifiés.

Les Tao - Lu demandés sont au nombre de 3.

- 1 Tao - Lu main nue libre
- 1 Tao - Lu main nue différent du premier
- 1 Tao d'armes (courtes ou longues)

La durée d'exécution des Tao-Lu ne pourra être inférieure à 45 secondes (hors salut)

2/ L'UV 2 – Fang Fa Explications Martiales du Tao-Lu **UV Validée si 10/20**

L'explication portera sur le premier Tao - Lu que le candidat aura exécuté au préalable. Le déroulement de cette UV 2 se divisera en 4 parties distinctes, consécutives, et chronologiques :

- Nouvelle exécution par le candidat du premier Tao-Lu à vitesse réduite après appel du jury et sélection par le jury d'une séquence comprenant entre 3 et 5 mouvements.
- Temps de préparation d'une minute pour le candidat en collaboration avec un ou deux partenaires.
- Première démonstration martiale du candidat à vitesse réduite accompagnée d'une explication verbale optionnelle si nécessaire.
- Deuxième démonstration martiale du candidat à vitesse de combat sans commentaire aucun.

3/ L'UV 3 – Gong Fang – Confrontation à deux codifiée **U.V Validée si 15/30**

L'UV 3 s'articulera sur un système d'attaques – défenses variées et codifiées entre 2 partenaires.

Les attaques sont portées sur un pas avec le genre et le niveau (hauteur) annoncés au préalable par les juges. L'attaquant devra exécuter sa technique avec vitesse et conviction afin de ne pas fausser la confrontation. Les attaques seront portées sur le partenaire en position d'attente, elles seront au nombre de 8 avec les membres supérieurs et de 8 avec les membres inférieurs. - 4 attaques seront portées du côté droit - 4 attaques seront portées du côté gauche

Sur les 16 attaques, le défenseur devra utiliser au moins 4 Chin-na dans les ripostes qu'il propose. Les défenses seront libres et contrôlées et devront comporter 2 ripostes minimum. Les attaques en coups de poings ou pieds retournés ne sont pas autorisées.

4/ L'UV 4 – Combat San-Shou – Confrontation à deux libre **U.V Validée si 10/20**

Chaque candidat devra réaliser un combat de 3' maximum. Le candidat devra faire preuve des qualités suivantes :

- Richesse des savoirs (diversité technique)
- Contrôle adapté (gestion des distances)
- Temps de réaction (opportunité)
- Aisance motrice (étagement des attaques)
- Gestion du combat (tactique de défense)

L'usage des protections est obligatoire pour cette UV 4 et devra se conformer au règlement de compétition en vigueur. Elles seront dans tous les cas fournies par le candidat.

5. L'UV 5 – Entretien de connaissances martiales **U.V Validée si : 12,5 / 25**

L'entretien devra aborder le style pratiqué par le candidat (taos présentés), ainsi que la filiation (provenance) martiale dont il est issu.

ATT 2 – AMCX
Attestation technique 2
ARTS MARTIAUX CHINOIS EXTERNES
KUNG FU WUSHU

U.V 1	U.V 2	U.V 3	U.V 4	U.V 5
TAO – LU ENCHAÎNEMENTS	FANG FA EXPLICATION MARTIALE	GONG – FANG CONFRONTATION	SAN SHOU ASSAUTS CONTROLES	ENTRETIEN
<p>1^{er} TAO - LU</p> <p>2^{ème} TAO - LU</p> <p style="text-align: center;">Différent du premier</p> <p>3^{ème} TAO - LU</p> <p style="text-align: center;">Arme longue ou courte</p>	<p>Séquence</p> <p>TAO-LU</p> <p>Explication</p> <p>Martiale</p>	<p>Savoirs utiles :</p> <p>16 Techniques de défense différentes par rapport à une attaque sur 1 pas :</p> <p>Techniques de Percussion</p> <ul style="list-style-type: none"> - 8 Techniques des Membres Supérieurs - 8 Techniques des Membres Inférieurs. <p>Techniques de Préhension</p> <ul style="list-style-type: none"> - 4 Chin Na (inclus dans les 16) 	<p>1 Combat Libre de 3'</p> <p style="text-align: center;">(contrôle obligatoire)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Diversité Technique - Gestion des Distances - Opportunité - Etagement Attaques - Tactique de Défense - Mise en Déséquilibre 	<p>Entretien portant sur le style du candidat ainsi que sur sa filiation martiale</p>
<p>U.V Validée</p> <p>si : 37,5 / 75</p>	<p>U.V Validée</p> <p>si : 10 / 20</p>	<p>U.V Validée</p> <p>si : 15 / 30</p>	<p>U.V Validée</p> <p>si : 10 / 20</p>	<p>U.V Validée si :</p> <p>12,5 / 25</p>
<p>ATTESTATION TECHNIQUE DE NIVEAU 2 VALIDEE SI LES 5 UV SONT ACQUISES</p>				

Juillet 2010

DESCRIPTIF DES EPREUVES

Descriptif susceptible d'être modifié suite au séminaire de travail du Collège Technique (25/26 sept 2010)

Merci de vérifier ces contenus début octobre

L'ATT de niveau 3 de la FFWaemc se compose de 4 Unités de Valeurs, particulières et indépendantes les unes des autres. Le cumul des 4 UV est nécessaire et indispensable. Les UV réussies sont capitalisables entre elles, ce qui peut permettre à un candidat ayant réussi une ou deux UV une première fois de les conserver pour une date ultérieure et de ne re-présenter que l'UV échouée. Chaque UV est notée sur 20, 25 ou 30 points selon son importance technique. Le candidat sera admis à l'examen s'il réussit chaque UV.

Les 4 UV se déclinent donc comme suit :

4. L'UV 1 concerne le Tao - Lu (suite de mouvements enchaînés) et le le Fang Fa (explication martiale des Taos)
5. L'UV 2 concerne les Gong-Fang (confrontation à deux sur attaques codifiées)
6. L'UV 3 concerne le combat San Shou (combat libre et technique)
7. L'UV 4 concerne la connaissance du Style pratiqué (pas d'évaluation)

1/ L'UV 1

– **Tao-Lu: exécution 3 enchaînements codifiés.** U.V Validée si 37,5/75

- 1 Tao - Lu main nue libre
- 1 Tao arme courte, au choix du candidat
- 1 Tao arme longue, au choix du candidat

La durée d'exécution des Tao-Lu ne pourra être inférieure à 45 secondes (hors salut)

– **Fang Fa : Explications Martiales du Tao-Lu** UV Validée si 12,5/25

L'explication portera sur le Tao Lu et sur un Tao d'arme choisi par le candidat, Taos qu'il aura exécutés au préalable. Le déroulement de cette épreuve se divisera en 4 parties distinctes, consécutives, et chronologiques :

- Nouvelle exécution par le candidat du Tao-Lu et du Tao d'arme à vitesse réduite après appel du jury et sélection par le jury d'une séquence comprenant entre 3 et 5 mouvements.
- Temps de préparation d'une minute pour le candidat en collaboration avec un ou deux partenaires.
- Première démonstration martiale du candidat à vitesse réduite accompagnée d'une explication verbale optionnelle si nécessaire.
- Deuxième démonstration martiale du candidat à vitesse de combat sans commentaire aucun.

2/ L'UV 2 – Gong Fang – Confrontation à deux codifiée U.V Validée si 12,5/25

L'UV 2 s'articulera sur un système d'attaques – défenses variées et codifiées entre 2 partenaires. Les attaques sont portées sur un pas avec le genre et le niveau (hauteur) annoncés au préalable par les juges. L'attaquant devra exécuter sa technique avec vitesse et conviction afin de ne pas fausser la confrontation. Les attaques seront portées sur le partenaire en position d'attente, elles seront au nombre de 10 avec les membres supérieurs et de 10 avec les membres inférieurs:

- 5 attaques seront portées du côté droit - 5 attaques seront portées du côté gauche
- Sur les 20 attaques, le défenseur devra utiliser au moins 8 Chin-na dans les ripostes qu'il propose. Les défenses seront libres et contrôlées et devront comporter 2 techniques minimum. Les attaques en coups de poings ou pieds retournés sont autorisées.

3/ L'UV 3 – Combat San-Shou – Confrontation à deux libre U.V Validée si 10/20

Chaque candidat devra réaliser un combat de 3' maximum. La connotation de ce genre de combat est toute tournée vers le contrôle et la technicité. Le candidat devra faire preuve des qualités suivantes :

- Richesse des savoirs (diversité technique)
- Contrôle adapté (gestion des distances)
- Temps de réaction (opportunité)
- Aisance motrice (étagement des attaques)
- Gestion du combat (tactique de défense)

L'usage des protections est obligatoire pour cette UV 4 et devra se conformer au règlement de compétition en vigueur. Elles seront dans tous les cas fournies par le candidat.

4/ L'UV 4 – Entretien de connaissances martiales U.V Validée si : 12,5 / 25

L'entretien devra aborder le style pratiqué par le candidat (taos présentés), ainsi que la filiation (provenance) martiale dont il est issu, ainsi que les fondamentaux incontournables du style.

□

ATT3 – AMCX

Attestation technique 3

ARTS MARTIAUX CHINOIS EXTERNES

KUNG FU WUSHU

U.V 1 TAO – LU ENCHAÎNEMENTS	U.V 1 FANG FA EXPLICATION MARTIALE	U.V 2 GONG – FANG CONFRONTATION	U.V 3 SAN SHOU ASSAUTS CONTROLES	U.V 4 ENTRETIEN
<p>1^{er} TAO – LU</p> <p>2^{ème} TAO - LU</p> <p>Arme courte</p> <p>3^{ème} TAO - LU</p> <p>Arme longue</p>	<p>Séquence</p> <p>TAO-LU</p> <p>Explication</p> <p>Martiale</p>	<p>Savoirs utiles :</p> <p>20 Techniques de défense différentes par rapport à une attaque</p> <p>sur 1 pas :</p> <p>Techniques de Percussion</p> <p>- 10 Techniques des Membres Supérieurs</p> <p>- 10 Techniques des Membres Inférieurs.</p> <p>Techniques de Préhension</p> <p>- 8 Chin Na (inclus dans les 20)</p>	<p>1 Combat Libre de 3'</p> <p>(contrôle obligatoire)</p> <p>- Diversité Technique</p> <p>- Gestion des Distances</p> <p>- Opportunité</p> <p>- Etagement Attaques</p> <p>- Tactique de Défense</p> <p>- Mise en Déséquilibre</p>	<p>Entretien portant sur le style du candidat ainsi que sur sa filiation martiale et les basiques du style.</p>
<p>U.V Validée si : 37,5 / 75</p>	<p>U.V Validée si : 10 / 20</p>	<p>U.V Validée si : 15 / 30</p>	<p>U.V Validée si : 10 / 20</p>	<p>U.V Validée si : 12,5 / 25</p>
<p>ATTESTATION TECHNIQUE DE NIVEAU 3 VALIDEE SI LES 4 UV SONT ACQUISES</p>				