

INTERNATIONAL SHORINJI KEMPO SEIGIDO RYU

PROCEDURES D'EXAMENS

KYUKENSHI

5^{ème} KYU à 1^{er} KYU

SOMMAIRE

Informations relatives au déroulement des examens « Principes et Philosophie » KYU.....	Page 3
Temps requis pour le passage de grade	Page 3
Informations relatives à la notation des examens de KYU.....	Page 4
Distinction des grades KYUKENSHI.....	Page 5
Tableau des catégories d'âges et temps requis pour les RANDORI KYUKENSHI.....	Page 6
Critères d'observation pour la notation.....	Page 7
Déroulement et inscription aux examens	Page 9
Examens adaptés	Page 10
Procédure examen 5 ^{ème} KYU.....	Page 11
Procédure examen 4 ^{ème} KYU.....	Page 13
Procédure examen 3 ^{ème} KYU.....	Page 15
Procédure examen 2 ^{ème} KYU.....	Page 17
Procédure examen 1 ^{er} KYU.....	Page 19
ANNEXES	Page 21
Feuille d'inscription aux examens de KYU.....	Page 22
Feuille de KUMI EMBU	Page 23
Répartition des HOKEÏ.....	Page 24

INFORMATIONS RELATIVES AU DEROULEMENT DES EXAMENS « GAKKA » KYUKENSHI

KYUKENSHI

5^{ème} – 4^{ème} – 3^{ème} – 2^{ème} et 1^{er} KYU

Entretien de 5 minutes avec le candidat sur 1 GAKKA du programme du grade présenté

TEMPS, STAGES ET AGE REQUIS POUR LES EXAMENS DE KYU

GRADE	TEMPS et COURS (Minimum) (1)	NOMBRE DE STAGES (2)	AGE MINIMUM
5 ^{ème} KYU	4 mois – 30 cours		
4 ^{ème} KYU	4 mois – 30 cours		
3 ^{ème} KYU	6 mois – 50 cours	2	
2 ^{ème} KYU	6 mois – 50 cours	2	
1 ^{er} KYU	1 an – 100 cours	3	15 ans

(1)

Le temps requis est le temps passé dans le grade inférieur pour pouvoir accéder au grade.

Le temps est de date à date.

Les grades de 5^{ème} est grade « ENFANT » de 9 à 12 ans.

A partir de 13 ans le KENSHI commence directement par l'examen de 3^{ème} KYU.

EXAMENS 4^{ème} KYU pour adulte

Un examen de 4^{ème} KYU pour adulte à passer dans le club peut être envisagé en accord avec le professeur. (cette mesure doit rester exceptionnelle)

Pour les examens de 3^{ème}, 2^{ème} et 1^{er} KYU le déplacement dans un autre club peut être envisagé.

(2)

Le nombre de stages requis est le nombre de stages nécessaires pour accéder au grade

Depuis la date du dernier examen. Chaque cours du BUSEN est comptabiliser comme un stage

INFORMATIONS RELATIVES A LA NOTATION DES EXAMENS DE KYU

1 examinateur par couple ou candidat.

GAKKA

Cette épreuve peut être éliminatoire si la note obtenue est inférieure à 10/20.

KIHON

- **SHIN :** Esprit (concentration, détermination, calme...).
- **GI :** Technique (application, dextérité...).
- **TAI :** Corps (condition physique, attitude...).

Si dans les Bases sont exécutés des HOKEI SOTAI, sont jugés également JUTSU, SOKUDO/RIKI et KYUSHO NO ICHI (voir ci-dessous).

CHUCHUTSU KAMOKU

- **JUTSU :** Dextérité.
- **SOKUDO/RIKI :** Rythme, Force.
- **KYUSHO NO ICHI :** Précision.

KUMI EMBU

Sont jugés également JUTSU, SOKUDO/RIKI et KYUSHO NO ICHI (voir ci-dessus).

- **KOSEIDO :** Composition
- **HYOGENDO :** Expression

GOHO RANDORI

- **SHIN :** Esprit (détermination, calme, concentration, respect du partenaire).
- **KOGI :** Attaque (qualité, enchaînement, création).
- **BOGI :** Défense (qualité, capacité de réalisation des contre attaques).

JUHO RANDORI

- **SHUHO :** Contrôle (maîtrise de la saisie de Kogeki).
- **NUKI :** Dégagement (qualité, taï sabaki).
- **KATAME :** Immobilisation (qualité, contrôle avant atémi et précision de ce dernier).

IMPORTANT: *Le candidat doit se présenter à l'examen:*

- *dans une tenue correcte: dogi propre, les ongles coupés (mains et pieds).*
- *l'écusson correspondant au grade actuel cousu sur le dogi.*
- *muni des protections imposées pour son passage de grade.*

NOTATION

La moyenne doit être obtenue dans chaque partie de l'examen. La note minimum est de 10/20.
La non obtention d'une des parties par un candidat lui fera repasser l'examen dans sa totalité ultérieurement.

OBSERVATIONS ET NOTES :

- INSUFFISANT - 8
- PASSABLE - 10
- MOYEN - 12
- BON - 14
- TRS BON - 16
- EXCELLENT - 18

DISTINCTION DES GRADES KYUKENSHI

Niveau	Ceinture	Ecusson de poitrine
Débutant	Blanche	Jaune
5 ^{eme} kyu Temps minimum: 4 mois 30 cours Grade enfant	Jaune	Jaune
4 ^{eme} kyu Temps minimum: 4 mois 30 cours	Verte	Jaune
3 ^{eme} kyu Temps minimum: 6 mois 50 cours	Marron	Jaune
2 ^{eme} kyu Temps minimum: 6 mois 50 cours	Marron	Jaune-Vert
1 ^{er} kyu Temps minimum: 1an 100 cours (minimum 15 ans)	Marron	Vert

TEMPS REQUIS POUR LE RANDORI DES EXAMENS KYUKENSHI

4 ^{ème} KYU	3 ^{ème} KYU	2 ^{ème} KYU	1 ^{er} KYU
GOHO	GOHO	GOHO	JUHO
2 X1' Repos 30"	2 X1'30" Repos 30"	2 X 2' Repos 1'	2 X1' Repos 30"

Le temps de repos se situe entre chaque reprise

Pour les plus de 60 ans le RANDORI GOHO n'est pas obligatoire. Dans le cas où le RANDORI n'est pas réalisé la note minimum attribuée (10/20).

Les indications ci-dessous reprises pour les examens sont aussi à prendre en compte lors des entraînements pour la progression des KYUKENSHI

RANDORI GOHO :

Examen 4ème et 3ème KYU :

ATO NO SEN (KOGEKI-UKE)

Les techniques NON autorisées sont: coup de coude, coup de genou, coup de pied retourne, fauchage et balayage, projection par tenue.

Il n'y a pas de port de PROTECTIONS

Restitutions libres des attaques et des défenses de base.

Acquisition de la motricité de base.

Examen 2ème KYU:

ATO NO SEN (KOGEKI-UKE)

Les techniques NON autorisées sont: coup de coude, coup de genou, coup de pied retourne, fauchage, balayage, projection par tenue.

PROTECTIONS: protège dents, gants, coquille, protège poitrine pour les femmes.

Intensité, détermination, précision, densité.

Examen 1^{er} KYU:

Il n'y a pas de randori GOHO

ATO NO SEN (KOGEKI-UKE)

Les techniques NON autorisées sont: coup de coude, projection par tenue.

PROTECTIONS: protège dents, gants, coquille, protège poitrine pour les femmes.

Stratégie, variété technique

CRITERES D'OBSERVATIONS DANS LA PROGRESSION DES GRADES

KIHON et HOKEÏ TAN EN			
	3 ^{ème} KYU	2 ^{ème} KYU	1 ^{er} KYU
SHIN	Détermination Présence	Densité mentale	Plus d'énergie
GI	Connaissance de La technique	Meilleure application	Dextérité Affinement de technique
TAÏ	Attitude Stabilité Equilibre	Plus de puissance De force	Puissance et Précision

TECHNIQUES et HOKEÏ SOTAÏ			
	3 ^{ème} KYU	2 ^{ème} KYU	1 ^{er} KYU
SHIN	Détermination Présence	Densité mentale	Plus d'énergie
GI	Connaissance de La technique	Meilleure application	Dextérité Affinement de technique
TAÏ	Attitude Stabilité Equilibre	Plus de puissance De force	Puissance et Précision
JUTSU	Respect des bases	Adresse	Dextérité
SOKUDO RIKI	Rythme, Respect des Enchaînements Déplacements et distances	Application des rythmes dans les enchaînements	Précision et adaptation de la vitesse dans les rythmes
KYUSHO NO ICHI	Précision Familiarisation avec les kyusho les plus usuels	Précision Précision, angle et vitesse	Précision Appréciation du choix du kyusho à utiliser

KUMI EMBU		
	2 ^{ème} KYU	1 ^{er} KYU
JUTSU	Respect des bases	Dextérité
SOKUDO RIKI	Rythme et zanshin	Rythme Fluidité et coordination entre partenaire
KYUSHO NO ICHI	Précision angle et vitesse	Précision Appréciation du choix du kyusho à utiliser
KOSEÏDO	Composition et respect du programme	Composition et respect du programme et recherche des enchaînements
HYOGENDO	Expression	Détermination

GOHO RANDORI			
	3 ^{ème} KYU	2 ^{ème} KYU	1 ^{er} KYU
SHIN	Détermination Présence	Densité mentale	Plus d'énergie
KOGI	Restitutions libres des attaques	Intensité, détermination	Stratégie, variété technique
BOGI	des défenses de base. Restitutions libres	précision, densité.	Vitesse et stratégie

JUHO RANDORI			
	3 ^{ème} KYU	2 ^{ème} KYU	1 ^{er} KYU
SHUHO	Equilibre et maintient	SHUHO et atémi synchronisés	Enchainement cohérent
NUKI	Déplacement et coordination du corps	Précision de la technique	Rapidité d'exécution
KATAME	Compréhension du mouvement	Précision et coordination	Rapidité d'exécution

DEROULEMENT DES EXAMENS

EXAMENS DE KYU

Les examens se déroulent dans l'ordre chronologique de la feuille.

- 1 – Placer les candidats dans l'ordre de la feuille (candidat de gauche devant celui de droite derrière)
- 2 – GAKKA : c'est un entretien (5 minutes MAXI)
- 3 – KIHON : Trois mouvements en garde KAÏSOKU et trois mouvements à droite et trois à GAUCHE en ICHIJI GAMAE ou CHUDAN GAMAE
 - UMPO HO : Trois enchainements (avec changement de jambe) le retour se fait avec un autre enchainement.
 - UKEMI : les trois sont enchainés (MAE UKEMI +USHIRO UKEMI+ DAÏSHARIN) une fois aller et une fois en retour avec changement de jambe.
 - OOTEN YORI OKI AGARI (une fois MIGI et une fois IDARI)
- 4 – HOKEÏ TAN EN (une seule fois)
- 5 – HOKEÏ SOTAÏ (une seule fois)
- 6 – CHUCHUTSU KAMOKU (une seule fois)
- 7 – KUMI EMBU
- 8 – RANDORI (déterminer ou pas les attaques : poings, pieds et les points d'attaques tête, corps, jambes)

Quand il n'y a qu'un seul examen du même grade l'examinateur déroule l'examen du début à la fin. Quand il y a plusieurs examens de même grade les candidats sont regroupés pour les KIHON et les HOKEI TAN EN, le GOREÏ et annoncé par un seul examinateur

L'examinateur se doit d'être clair et audible. On ne tutoie pas le candidat. On ne corrige pas et on n'arrête pas les candidats pendant leur prestation

INSCRIPTIONS AUX EXAMENS

L'inscription à un examen ne peut être faite que par le professeur et en aucun cas par le candidat.

EXAMENS DE KYU

Les examens de KYU se passent dans les stages.

C'est le professeur qui a en charge l'inscription et l'envoi des papiers nécessaires pour l'examen **TRENTE JOURS AVANT LA DATE PREVUE (cachet de la poste faisant foi)**

DOCUMENTS D'INSCRIPTION PREVUS :

- 1 – Feuille d'inscription dûment remplie avec le règlement par chèque libellé à l'ordre de l' ISKSR .
- 2 – Passeport ISKR complet (photo et à jour des licences et du nombre de stages prévus pour l'examen, le stage du jour de l'examen faisant partie du nombre)
- 3 – feuille de KUMI EMBU (à partir de 2^{ème} KYU)

Tout retard et document manquant ou incomplet l'inscription ne sera pas prise en compte

EXAMENS ADAPTÉS

L'examen adapté est prévu pour les kenshis ayant un handicap qui ne leur permet pas de passer l'examen sans adaptation en rapport avec leur handicap et en ayant fait la demande en concertation avec leur professeur. **Bien entendu le certificat médical est quand même à prendre en compte**

Différents types de handicaps :

- **Le handicap moteur** recouvre l'ensemble des troubles pouvant entraîner une atteinte partielle ou totale de la motricité, notamment des membres supérieurs et/ou inférieurs (difficultés pour se déplacer, conserver ou changer une position, prendre et manipuler, effectuer certains gestes).
- **Le handicap sensoriel** regroupe les difficultés liées aux organes sensoriels, et plus particulièrement :
 - **Le handicap visuel**, qui concerne les personnes aveugles, mais aussi, dans la majorité des cas, les personnes malvoyantes
 - **Le handicap auditif**, c'est la perte auditive totale est rare, la plupart des déficients auditifs possèdent « des restes auditifs pour lesquels les prothèses auditives apportent une réelle amplification. Selon les cas, ce handicap s'accompagne ou non, d'une difficulté à oraliser.
- **Le handicap psychique** résulte de troubles mentaux ou d'une maladie psychique, névrose, psychose, dépression, dépendance, etc. Il se traduit par un dysfonctionnement de la personnalité, sans nécessaire atteinte des capacités intellectuelles.
- **Le handicap mental** ou déficience intellectuelle : c'est une difficulté à comprendre et une limitation dans la rapidité des fonctions mentales sur le plan de la compréhension, des connaissances et de la cognition.
- **Les maladies invalidantes** : toutes les maladies respiratoires, digestives, parasitaires, infectieuses (diabète, hémophilie, sida, cancer, hyperthyroïdie...). Elles peuvent être momentanées, permanentes ou évolutives.

Mesures prises :

- Les pratiquants ayant des besoins particuliers, relevant du handicap ou d'une pathologie, se verront proposer une procédure d'examens adaptés:

Chaque handicap/pathologie étant un cas particulier, il sera demandé au candidat concerné de préparer avec son professeur, une fiche définissant en détail son handicap, ou incapacité due à sa pathologie, ainsi que les adaptations mises en place dans la saison, pour faciliter la préparation de l'examen par le jury, au moins un trimestre à l'avance.

- le jury sera composé d'au moins 1 personne sensibilisée au handicap
- Il est laissé au libre arbitre du professeur, et à sa capacité d'enseignement, le choix d'accepter ou pas dans ses cours une personne présentant un handicap ou une pathologie particulière.
- il sera proposé à l'avenir des formations pour les professeurs le désirant

Pour l'examen :

- Pas de notes éliminatoires dans le ou les modules en rapport avec le handicap.
- Adapter le ou les modules avec le handicap (suspensions/fractionnements/rappels/aide-mémoire etc.)
- Pas de mention lors des examens adaptés.

5^{ème} KYU

PROCEDURE 5^{eme} KYU

- **GAKKA** (note minimum exigée 10/20)

Entretien oral de 5 mn sur un des sujets du programme

Contrôle sur la connaissance de termes en japonais

- **KIHON** (note minimum exigée 10/20)

Kaïsoku chudan gamae :

KIHON ZUKI – KIHON GERI – UWA UKE – JO-CHU NIREN ZUKI – UWA UKE GERI

- **HOKEI** (note minimum exigée 10/20)

TAN EN

TENCHIKEN DAÏ IKKEÏ

Remarque : *Le GOREI (comptage) est effectué par l'examinateur.*

- **HOKEI** (note minimum exigée 10/20)

SOTAI

TENCHIKEN DAÏ IKKEÏ

Remarque : *Pas de GOREI (comptage).*

- **CHUCHUTSU KAMOKU** (note minimum exigée 10/20)

(étudier le CHUCHUTSU KAMOKU correspondant à la date du passage de l'examen)

Année paire

- 1 – SHIYA UKE ZUKI
- 2 – KOTE NUKI
- 3 – MAE RYUSUI GERI
- 4 – KATATE MAKI NUKI
- 5 – UWA UKE GERI

Année impaire

- 1 – USHIRO RYUSUI GERI
- 2 – KATATE YORI NUKI
- 3 – UCHI UKE GERI
- 4 – KATATE JUJI NUKI
- 5 – KATATE JOHAKU NUKI

MOYENNE MINIMUM EXIGEE

POUR L'EXAMEN TECHNIQUE : 50/100

4^{ème} KYU

PROCEDURE 4^{eme} KYU

- **GAKKA** (note minimum exigée 10/20)

Entretien oral de 5 mn sur un des sujets du programme
Contrôle sur la connaissance de termes en japonais

- **KIHON** (note minimum exigée 10/20)

Kaïsoku chudan gamae

KIHON ZUKI – KIHON GERI – UWA UKE/UCHI UKE/SHITA UKE

Chudan Gamae

JO CHU NIREN ZUKI – JO CHU KERI

Ukemi – Daïsharin

MAE UKEMI – USHIRO UKEMI

- **HOKEI** (note minimum exigée 10/20)

TAN EN

TENCHIKEN DAÏ IKKEÏ

RYUOKEN DAÏ IKKEÏ (KOTE NUKI NO KATA)

Remarque : *Le GOREI (comptage) est effectué par l'examinateur.*

- **HOKEI** (note minimum exigée 10/20)

SOTAI

TENCHIKEN DAÏ IKKEÏ

Remarque : *Pas de GOREI (comptage).*

- **CHUCHUTSU KAMOKU** (note minimum exigée 10/20)

(étudier le CHUCHUTSU KAMOKU correspondant à la date du passage de l'examen)

Année paire

- 1 – JUJI UKE GERI
- 2 – KOTE NUKI
- 3 – GYAKU GOTE (MAE YUBI GATAME)
- 4 – SHITA UKE ZUKI
- 5 – KATATE JUJI NUKI
- 6 – SEÏ JUJI GOTE
- 7 – USHIRO RYUSUI GERI

Année impaire

- 1 – UCHI UKE GERI
- 2 – KATATE YORI NUKI
- 3 – MAE RYUSUI GERI
- 4 – KATATE JOKAKU NUKI
- 5 – KATATE JOHAKU DORI
- 6 – UWA UKE GERI
- 7 – KATAMUNA OTOSHI

- **GOHO RANDORI** (note minimum exigée 10/20)

Le principe retenu est ATO NO SEN (KOGEKI-UKE)

Les techniques NON autorisées sont: coup de coude, coup de genou, coup de pied retourne, fauchage et balayage, projection par tenue.

Il n'y a pas de port de PROTECTIONS

MOYENNE MINIMUM EXIGEE

POUR L'EXAMEN TECHNIQUE : 60/120

3^{ème} KYU

PROCEDURE 3^{eme} KYU

GAKKA (note minimum exigée 10/20)

Entretien oral de 5 minutes sur un des sujets du programme.

Contrôle sur la connaissance de termes en japonais

KIHON (note minimum exigée 10/20)

Kaïsoku chudan gamae

KIHON ZUKI – KINTEKI GERI – KIHON GERI – UWA UKE/UCHI UKE/ SHITA UKE

Chudan gamae

JO CHU NIREN ZUKI – JO CHU KERI

Umpo Ho

JO CHU GYAKU MAE JUN GERI – YOSE ASHI SASHIKAE ASHI MAWASHI GERI SOKUTO GERI

Ukemi – Daïsharin

MAE UKEMI/USHIRO UKEMI/DAÏSHARIN – OOTEN YORI OKI AGARI

HOKEÏ TAN EN (note minimum exigée 10/20)

Tenchiken daï ikkeï

Ryuoken daï ikkeï (KOTE NUKI NO KATA)

- **HOKEÏ SOTAÏ** (note minimum exigée 10/20)

Tenchiken daï ikkeï

CHUCHUTSU KAMOKU (note minimum exigée 10/20)

(étudier le CHUCHUTSU KAMOKU correspondant à la date du passage de l'examen)

Année paire

- 1- FUSHI GERI HIZA UKE GAESHI (KAKU SHU)
- 2 - KOTE NUKI
- 3 - MAE RYUSUI GERI
- 4 - GYAKU GOTE MAE YUBI GATAME
- 5 - SHITA UKE ZUKI
- 6 - UDE JUJI GATAME
- 7 - SOTO UKE ZUKI
- 8 - KATAMUNA OTOSHI
- 9 - JUJI UKE GERI
- 10 - OKURI MAKI TEMBIN

Année impaire

- 1 - SOTO UKE GERI
- 2 - KATATE JUJI NUKI
- 3 - UCHI AGE GERI
- 4 - SEÏ JUJI GOTE
- 5 - UCHI UKE GERI
- 6 - KATATE MAKI NUKI
- 7 - UCHI UKE ZUKI
- 8 - KATATE OKURI GOTE
- 9 - YOKO TENSHIN GERI
- 10 - KATATE JOHAKU DORI

- GOHO RANDORI (note minimum exigée 10/20)

Le principe retenu est ATO NO SEN (KOGEKI-UKE)

Les techniques NON autorisées sont: coup de coude, coup de genou, coup de pied retourne, fauchage et balayage, projection par tenue.

Il n'y a pas de port de PROTECTIONS

MOYENNE MINIMUM EXIGEE

POUR L'EXAMEN TECHNIQUE : 60/120

2^{ème} KYU

PROCEDURE 2^{eme} KYU

GAKKA (note minimum exigée 10/20)

Entretien oral de 5 minutes sur un des sujets du programme.
Contrôle sur la connaissance de termes en japonais

KIHON (note minimum exigée 10/20)

Kaïsoku chudan gamae

UWA UKE GERI – UCHI UKE ZUKI – SHITA UKE GERI

Ichiji gamae

HARAÏ UKE GERI – JUJI UKE GERI – UCHI UKE ZUKI KERI SAMPO UKE JUJI ASHI

Umpo Ho

JO CHU GYAKU MAE JUN GERI MAWASHI GERI – FURI ZUKI CHUDAN GYAKU ZUKI SASHIKAE
ASHI URAKEN CHUDAN ZUKI

Ukemi – Daïsharin

MAE UKEMI/USHIRO UKEMI/DAÏSHARIN – OOTEN YORI OKI AGARI

HOKEÏ TAN EN (note minimum exigée 10/20)

Tenchiken daï ikkeï - Tenchiken daï nikkeï - Tenchiken daï sankeï

Giwaken daï ikkeï - Giwaken daï nikkeï

Ryuoken daï ikkeï (KOTE NUKI NO KATA)

- **HOKEÏ SOTAÏ** (note minimum exigée 10/20)

Tenchiken daï ikkeï - Tenchiken daï nikkeï

Giwaken daï ikkeï

CHUCHUTSU KAMOKU (note minimum exigée 10/20)

(étudier le CHUCHUTSU KAMOKU correspondant à la date du passage de l'examen)

Année paire

- 1 - USHIRO RYUSUI GERI REN HAN KO
- 2 - KATATE JUJI NUKI REN HAN KO
- 3 - UWA UKE GERI REN HAN KO
- 4 - OKURI MAKI TEMBIN
- 5 - JUJI UKE GERI REN HAN KO
- 6 - KATATE JOHAKU NUKI REN HAN KO
- 7 - SHITA UKE GERI REN HAN KO
- 8 - KATATE JOHAKU DORI
- 9 - SHITA UKE JUN GERI REN HAN KO
- 10 - KOTE NUKI REN HAN KO

Année impaire

- 1 - YOKO TENSHIN GERI REN HAN KO
- 2 - KATATE YORI NUKI REN HAN KO
- 3 - UCHI UKE GERI REN HAN KO
- 4 - KATATE JOHAKU MAKI
- 5 - UCHI AGE GERI REN HAN KO
- 6 - KATAMUNA OTOSHI
- 7 - MAE RYUSUI GERI REN HAN KO
- 8 - GYAKU GOTE - MAE YUBI GATAME
- 9 - SHITA UKE ZUKI REN HAN KO
- 10 - UDE JUJI GATAME

- **KUMI EMBU** (note minimum exigée 10/20)

10 techniques choisies par le candidat dans le programme de 2^{eme} KYU enchainées avec des UMPO HO et des ZANSHIN de façon à créer un ensemble cohérent et harmonieux tant en composition (KOSEÏDO) qu'en expression (HYOGENDO) et exécuté en partage équitable avec le partenaire d'examen

- **GOHO RANDORI** (note minimum exigée 10/20)

Le principe retenu est: ATO NO SEN (KOGEKI-UKE)

Les techniques NON autorisées sont: coup de coude, coup de genou, coup de pied retourne, fauchage, balayage, projection par tenue.

PROTECTIONS: protège dents, gants, coquille, protège poitrine pour les femmes.

**MOYENNE MINIMUM EXIGEE
POUR L'EXAMEN TECHNIQUE : 70/140**

1^{er} KYU

PROCEDURE 1^{er} KYU

GAKKA (note minimum exigée 10/20)

Entretien oral de 5 minutes sur un des sujets du programme.
Contrôle sur la connaissance de termes en japonais

KIHON (note minimum exigée 10/20)

Kaïsoku chudan gamae

AGE HIJI UCHI - UCHI HIJI UCHI - SAGE HIJI UCHI - YOKO HIJI UCHI – USHIRO HIJI UCHI
MAE HIZA GERI – MAWASHI HIZA GERI – MAWASHI ZUKI

Ichiji gamae Chudan Gamae

JUN GERI GYAKU GERI - HARAÏ UKE GERI URAKEN CHUDAN ZUKI

Umpo Ho

YOSE ASHI SASHIKAE ASHI DAN GERI MAWASHI DAN GERI SOKUTO - TOBI KOMI GERI
GYAKU MAE JUN GERI – FUSHI GERI TENKAÏ URA MAWASHI GERI – SOKUTO GERI TENKAÏ
USHIRO GERI – TOBI KOMI USHIRO GERI

Ukemi – Daïsharin

MAE UKEMI/USHIRO UKEMI/DAÏSHARIN – OOTEN YORI OKI AGARI

HOKEÏ TAN EN (note minimum exigée 10/20)

2 HOKEÏ étudiés jusqu'au programme de 1^{er} KYU, choisis par le candidat
Pas de GOREI (comptage)

- HOKEÏ SOTAÏ (note minimum exigée 10/20)

2 HOKEÏ étudiés jusqu'au programme de 1^{er} KYU, choisis par l'examinateur.
Pas de GOREI (comptage)

CHUCHUTSU KAMOKU (note minimum exigée 10/20)

(étudier le CHUCHUTSU KAMOKU correspondant à la date du passage de l'examen)

Année paire

- 1 - UCHI AGE GERI REN HAN KO
- 2 - KATATE YORI NUKI REN HAN KO
- 3 - UCHI UKE ZUKI REN HAN KO
- 4 - SEÏ JUJI GOTE
- 5 - UWA UKE ZUKI REN HAN KO
- 6 - KATATE KIRI KAESHI NUKI
- 7 - JUJI UKE GERI REN HAN KO
- 8 - KATATE KIRI GOTE
- 9 - HAN TENSHIN GERI REN HAN KO
- 10 - SODE DORI ou SODE MAKI

Année impaire

- 1 – FUSHI GERI HIZA UKE GAESHI REN HAN KO
- 2 – KATATE JUJI NUKI REN HAN KO
- 3 – UCHI AGE ZUKI REN HAN KO
- 4 - KATATE MAKI NUKI sur UWA UKE ZUKI
- 5 – KUSSHIN ZUKI REN HAN KO
- 6 – ERI NUKI
- 7 – TSUKI TEN NI REN HAN KO
- 8 – KATATE MAKI GOTE - TEMBIN GATAME
- 9 – SOTO OSHI UKE ZUKI REN HAN KO
- 10 – MOROTE KIRI GOTE

- KUMI EMBU (note minimum exigée 10/20)

10 techniques choisies par le candidat dans le programme de 1^{er} KYU enchainées avec des UMPO HO et des ZANSHIN de façon à créer un ensemble cohérent et harmonieux tant en composition (KOSEÏDO) qu'en expression (HYOGENDO) et exécuté en partage équitable avec le partenaire d'examen.

- JUHO RANDORI (note minimum exigée 10/20)

**MOYENNE MINIMUM EXIGEE
POUR L'EXAMEN TECHNIQUE : 70/140**

ANNEXES



INTERNATIONAL SHORINJI KEMPO SEÏGIDO RYU

I.S.K.S.R.

Fédération loi 1901 – 595 chemin des Plantes – 45500 SAINT GONDON - FRANCE

Tél. Portable : 0033. (0)6.16.49.40.65

Site internet : www.isksr.org – Email : isksr@isksr.org

FEUILLE D'INSCRIPTION AUX EXAMENS DE KYU

DATE :

CLUB:

N° I.S.K.S.R.:

NOM - PRENOM		N° I.S.K.S.R	Grade présenté	MONTANT	TARIFS
1					5 ^{ème} à 1 ^{er} KYU 10 €
1					
2					
2					
3					
3					
4					
4					
5					
5					
Utiliser la deuxième case grisée que pour le partenaire d'examen au même Passage de grade, sinon ne rien inscrire.			TOTAL		

IMPORTANT:

PIECES A JOINDRE POUR CHAQUE CANDIDAT :

- Le passeport I.S.K.S.R. pour chaque candidat (la page de renseignements remplie, la photo, et le nombre de stages minimum pour accéder à l'examen correspondant)
- La feuille de composition du EMBU pour les examens de 2^{ème} et 1^{er} KYU
- Un chèque de la somme correspondante à l'ordre de « I.S.K.S.R. »

Cette feuille et les passeports **devront être retournés 30 jours francs avant la date de l'examen** (cachet de la poste faisant foi) à **I.S.K.S.R 595 Chemin des plantes 45500 SAINT GONDON**

Pour le bon fonctionnement des examens, veuillez respecter ce délai et la marche à suivre. Au-delà de cette date aucune demande ne sera validée.

IMPORTANT

Signaler ci-dessous les personnes ayant un handicap, une gène, une anomalie pouvant avoir une incidence sur la note de l'examen

NOM	HANDICAP

INTERNATIONAL SHORINJI KEMPO SEÏGIDO RYU

GRADE DE L'EXAMEN : _____

Composition EMBU

10 techniques choisies par les candidats dans le programme du grade de l'examen enchainées avec des UMPO HO et des ZANSHIN de façon à créer un ensemble cohérent et harmonieux tant en composition (KOSEÏDO) qu'en expression (HYOGENDO) et exécuté en partage équitable avec le partenaire d'examen

L'ordre d'exécution et le nombre des techniques est à respecter

Nom des candidats

NOM :	NOM :
PRENOM :	PRENOM :

	NOMS des TECHNIQUES	WAZA	KOSEÏDO	YOGENDO
1			Sur 50	Sur 50
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
NOTES				
TOTAL sur 200				
TOTAL sur 20				

HOKEÏ TAN EN et SOTAÏ

Par grade

HOKEÏ	5 ^{ème} KYU	4 ^{ème} KYU	3 ^{ème} KYU	2 ^{ème} KYU	1 ^{er} KYU
TENCHIKEN DAÏ IKKEÏ	▲	▲	▲	▲	▲
TENCHIKEN DAÏ NIKKEÏ				▲	▲
TENCHIKEN DAÏ SANKEÏ				△	△
TENCHIKEN DAÏ YONKEÏ					△
TENCHIKEN DAÏ GOKEÏ					△
TENCHIKEN DAÏ ROKEÏ					△
RYUOKEN DAÏ IKKEÏ KOTE NUKI NO KATA		△	△	△	△
GIWAKEN DAÏ IKKEÏ				▲	▲
GIWAKEN DAÏ NIKKEÏ				△	△
BYAKURENKEN DAÏ IKKEÏ					▲

△= TAN EN
 ▲= TAN EN et SOTAÏ