



# WORLD OSHUKAI FEDERATION OKINAWA SHORIN RYU KARATE DO

## PROGRAMME DE PASSAGE DE GRADE



Août 2009

Les **KATA** s'effectuent seul, face au jury.

Les **KATA KUMIWAZA** s'effectuent avec deux partenaires. **Le Kumiwaza conserve l'ordre exact du kata.** Les techniques, bien qu'effectuées avec partenaires, s'arrêtent au même endroit que dans le Kata ( le point d'impact de l'attaque ou du blocage est le même que lorsqu'on exécute le Kata seul ).

Le **BUNKAI** est une application **par séquence** du Kata, pouvant être légèrement différente du kata.

Le **BUNKAI OYO** est l'application libre (imagination) **par séquence** en gardant l'idée générale des techniques du Kata et pourvue qu'elle soit plausible.

Le **KATA OYO** est l'application libre (imagination) en gardant l'idée et la forme générale du Kata et pourvue qu'elle soit plausible. Le Kata peut-être effectué dans des axes différents. Lorsque les techniques sont symétriques, il n'est pas nécessaire de démontrer les deux cotés.

Le **SHUYO WAZA KUMITÉ** est composé de 7 assauts conventionnels, 5 techniques de défenses sur attaques de poings représentant les 5 principes de défense de l'école Oshukai et 2 techniques de défense contre coups de pied.

Le **DOJO KUMITE** est un combat où l'esprit du Karaté d'Okinawa est conservé. C'est à dire où les techniques de blocages suivies de la contre attaque sont privilégiées.

*Lorsque le candidat a plus de 40 ans l'épreuve de DOJO KUMITE est limité à 1 fois 2 minutes*

**L'attitude et l'esprit** du pratiquant sera appréciée par le jury pour tous les grades.

**Nota: Les partenaires pour les KUMIWAZA , BUNKAI, KATA OYO et BUNKAI OYO seront choisis par le candidat .**

### 5<sup>ème</sup> Kyu Ceinture JAUNE Minimum 4 mois de pratique

KIHON WAZA	KATA	KATA KUMIWAZA	SHUYO WAZA KUMITÉ
Kihon Waza Dai Ichi	Fukyu Gata Ichi Naihanchi Shodan	Fukyu Gata Ichi	Deux 1 <sup>ère</sup> techniques de bras

### 4<sup>ème</sup> Kyu Ceinture ORANGE Minimum 6 mois après le 5°Kyu

KIHON WAZA	KATA	KATA KUMIWAZA	BUNKAÏ	SHUYO WAZA KUMITÉ
Kihon Waza Dai Ichi	Fukyu Gata Ni Pinan Shodan	Fukyu Gata Ni	Fukyu Gata Ichi	Trois 1 <sup>ère</sup> techniques de bras + Mae geri

### 3<sup>ème</sup> Kyu Ceinture VERTE Minimum 6 mois après le 4°Kyu

KIHON WAZA	KATA	KATA KUMIWAZA	BUNKAÏ	DOJO KUMITE	SHUYO WAZA KUMITÉ
Kihon Waza Dai Ni	Pinan Nidan Pinan Sandan	Pinan Shodan	Naihanshi Shodan	3 fois 2 mn	Quatre 1 <sup>ère</sup> tech.de bras + Mawashi geri

### 2<sup>ème</sup> Kyu Ceinture BLEUE Minimum 6 mois après le 3°Kyu

KIHON WAZA	KATA	KATA KUMIWAZA	BUNKAÏ	DOJO KUMITE	SHUYO WAZA KUMITÉ
Kihon Waza Dai Ni	Pinan Yondan Naihanchi Nidan	Pinan Sandan	Pinan Shodan	3 fois 2 mn	Quatre 1 <sup>ère</sup> tech.de bras + Mae geri + Mawashi geri

### 1<sup>er</sup> Kyu Ceinture MARRON Minimum 6 mois après le 2°Kyu Age minimum 14 ans

KIHON WAZA	KATA	KATA KUMIWAZA	BUNKAÏ	DOJO KUMITE	SHUYO WAZA KUMITÉ
Kihon Waza Dai San	Pinan Godan Naihanchi Sandan	Pinan Godan	Pinan Sandan	3 fois 2 mn	Complet 7 techniques



# WORLD OSHUKAI FEDERATION OKINAWA SHORIN RYU KARATE DO PROGRAMME DE PASSAGE DE GRADE



Août 2009

**Le candidat reçu aux examens ci dessous portera une ceinture noire.  
Son niveau sera déterminé par un système de Menkyo.**

Niveau 1	<b><u>Yu Shikaku</u></b>	Minimum 1 an après le 1°Kyu	Age minimum 16 ans	
<b>KATA</b>	<b>KATA KUMIWAZA</b>	<b>BUNKAÏ</b>	<b>DOJO KUMITE</b>	
Itosu Passai	Itosu Passai	Pinan Godan	3 fois 2 mn	
Naihanshi Shodan				
Pinan 1 - 2 - 3 - 4 - 5 au choix du jury				
Niveau 2	<b><u>Sho Shikaku</u></b>	Minimum 3 ans après Yu Shikaku	Age minimum 20 ans	
<b>KATA</b>	<b>KATA KUMIWAZA</b>	<b>BUNKAÏ</b>	<b>DOJO KUMITE</b>	
Naihanshi Nidan	Matsumura Passai	Itosu Passai	3 fois 2 mn	
Itosu Passai		Bunkai Oyo Naihanshi Shodan		
Matsumura Passai				
Niveau 3	<b><u>Jun Shihan</u></b>	Minimum 3 ans après Sho Shikaku	Age minimum 23 ans	
<b>KATA</b>	<b>KATA KUMIWAZA</b>	<b>BUNKAÏ</b>	<b>DOJO KUMITE</b>	
Naihanshi Sandan	Kushanku Sho	Matsumura Passai	2 fois 2 mn	
Matsumura Passai				
Kushanku Sho				
Niveau 4	<b><u>Shihan</u></b>	Minimum 4 ans après Jun Shihan	Age minimum 27 ans	
<b>KATA</b>	<b>KATA KUMIWAZA</b>	<b>BUNKAÏ</b>	<b>DOJO KUMITE</b>	
Kushanku Sho	Kushanku Dai	Kushanku Sho	1 fois 2 mn	
Kushanku Dai				
Chinto				
Niveau 5	<b><u>Jun Renshi</u></b>	Minimum 5 ans après Shihan	Age minimum 32 ans	
<b>KATA</b>	<b>KATA KUMIWAZA</b>	<b>BUNKAÏ</b>	<b>DOJO KUMITE</b>	<b>KATA OYO</b>
Kushanku Dai	Chinto	Kushanku Dai	1 fois 2 mn	au choix
Chinto				
Goju Shiho				
Niveau 6	<b><u>Renshi</u></b>	Minimum 6 ans après Jun Renshi	Age minimum 38 ans	
<b>KATA</b>	<b>KATA KUMIWAZA</b>	<b>BUNKAÏ</b>	<b>DOJO KUMITE</b>	<b>KATA OYO</b>
Chinto	Goju Shiho	Chinto	1 fois 2 mn	au choix
Goju Shiho				
Hakaku				
Niveau 7	<b><u>Jun Kyoshi</u></b>	Minimum 7 ans après Renshi	Age minimum 45 ans	
<b>KATA</b>		<b>BUNKAÏ</b>	<b>KATA OYO</b>	
Un kata au choix dans Kushanku Dai - Chinto - Goju Shiho - Hakaku		Goju Shiho	au choix	
<b>ENTRETIEN SUR LE KARATE DO</b>	(historique, philosophie des arts martiaux, expériences personnelles)			
Niveau 8	<b><u>Kyoshi</u></b>	Minimum 8 ans après Jun Kyoshi	Age minimum 53 ans	
<b>UN KATA LIBRE</b>				
<b>CONFERENCE SUR LE KARATE DO</b>	(historique, philosophie des arts martiaux, expériences personnelles) (30' minimum à 1h maximum)			
Niveau 9	<b><u>Jun Hanshi</u></b>	Minimum 9 ans après Kyoshi	Age minimum 62 ans	
Niveau 10	<b><u>Hanshi</u></b>	Minimum 10 ans après Jun Hanshi	Age minimum 72 ans	