



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^{ème} 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 ^{ère} techniques de bras

4^{ème} 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 ^{ère} techniques de bras + Mae geri

3^{ème} 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 ^{ère} tech.de bras + Mawashi geri

2^{ème} 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 ^{ère} tech.de bras + Mae geri + Mawashi geri

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