



La Ceinture Noire junior en SHINTAÏ-BUDO dès 14 ans : Une exclusivité ESCAMAR !

Objectif général :

Proposer à des jeunes inscrits à l'association ESCAMAR de présenter, dans le cadre de la fédération de tutelle la FEKAMT, un grade de ceinture noire : la noire 1^{er} DAN FEKAMT junior.

Cette ceinture noire, **1^{er} DAN junior**, peut être présentée à partir de **14 ans**. La discipline étant bien sûr le SHINTAÏ-BUDO.

⇒ *Il faut au moins 4 ans de pratique pour pouvoir préparer et présenter ce 1^{er} DAN junior (FEKAMT).*

A noter qu'il sera nécessaire pour le (la) titulaire de cette ceinture de présenter dès l'âge de 16 ans un complément (3 unités de valeur) pour voir se transformer le 1^{er} DAN junior FEKAMT en 1^{er} DAN FEKAMT. La ceinture noire junior a ses deux extrémités blanches.

L'évaluation nécessaire pour la ceinture noire 1^{er} DAN junior, dans le cadre de la FEKAMT, se déroule à Aubenas, dans les locaux de l'association ESCAMAR. Le jury est composé par des membres du Collège des [ceintures noires](#) (au moins 3 personnes dont le Responsable technique).

1. L'évaluation concernant le 1^{er} DAN FEKAMT Junior

Ce grade de ceinture noire est composé des unités de valeurs suivantes ; ces unités de valeurs s'inscrivent dans un ensemble composé de trois thèmes : SHIN, GI, TAÏ.

⇒ **Thème n°1... SHIN** (partie théorique / histoire des Arts martiaux)

- Rédaction d'un dossier administratif cumulatif : présentation du candidat, motivations, présentation de l'Ecole (ou du style pratiqué)...

Un dossier d'environ trois pages est demandé + un exposé / entretien avec un jury d'environ 15 minutes.

*Le thème 1 sera présenté à partir de **16 ans** : il n'entre donc pas dans la préparation du 1^{er} DAN FEKAMT junior en SHINTAÏ-BUDO → voir tous les détails au paragraphe 2 ci-dessous.*

⇒ **Thème n°2... GI** (les techniques à travailler en club)

- *Tsue kumite* (techniques de défense avec une canne)

- *Ukemi no kata* (l'ensemble des chutes organisées...)
- *Nage waza* (les projections)
- *Tsue jutsu no kata* (kata de canne)

⇒ **Thème n°3... TAÏ** (les percussions et les « confrontations »)

Les percussions :

CIBLES	POING	Direct du poing	30"
	PIED	Mae geri Mawashi géri Yoko géri	30"
	LIAISON	Direct du poing et Mae géri Mawashi géri Yoko géri	1'
3 minutes de récupération minimum entre les deux ateliers			
		TECHNIQUES EXIGEES	TEMPS
SAC ou BOUCLIER	POING	Direct du poing	30"
	PIED	Mae geri Mawashi géri Yoko géri	30"
	LIAISON	Direct du poing et Mae géri Mawashi géri Yoko géri	1'

Les « confrontations » :

- **A) Réponses techniques libres sur les attaques suivantes :**

- ✓ Attaque coup de poing direct droit : trois défenses différentes
- ✓ Attaque coup de poing direct gauche : trois défenses différentes
- ✓ Attaque coup de poing circulaire droit : deux défenses différentes
- ✓ Attaque coup de poing circulaire gauche : deux défenses différentes
- ✓ Attaque coup de pied direct droit : deux défenses différentes
- ✓ Attaque coup de pied direct gauche : deux défenses différentes

- ✓ Attaque coup de pied circulaire droit : deux défenses différentes
- ✓ Attaque coup de pied direct gauche : deux défenses différentes

- **B) Randori libre** : assaut de 1'30 en « boxe poings-pieds » avec gants, casque et plastron de protection. La coquille et les protège-tibias – **obligatoires** – sont à la charge des candidats.
- **C) Randori libre** : assaut de 1'30 avec un « sabre en mousse »

Il faut prévoir un temps de repos **d'au moins 3 minutes** entre les ateliers A), B), C).

2. Ce qui sera à présenter à partir de 16 ans pour passer du 1^{er} DAN junior au 1^{er} DAN FEKAMT :

- Rédaction d'un dossier administratif cumulatif : présentation du candidat, motivations, présentation de l'Ecole (ou du style pratiqué)...
Un dossier d'environ trois pages est demandé + un exposé / entretien avec un jury d'environ 15 minutes.
- KANSETSU WAZA & TE HODOKI : travail sur les articulations et dégagements
- GOSHIN JUTSU NO KATA ou bien JU NI NO KATA (katas)

En cas de réussite l'impétrant(e) se verra alors remettre la véritable ceinture noire qu'il ceindra en lieu et place de la noire aux extrémités blanches.

3. Informations complémentaires

Vous souhaitez des informations complémentaires ?

Deux possibilités s'offrent à vous :

- Venir nous voir en début des cours... : pour nous trouver il faut aller dans l'onglet « Accueil » puis dans l'onglet « [Nous rejoindre...](#) ».
- Nous téléphoner ou nous envoyer un message via le site internet : pour cela aller dans l'onglet « Accueil » puis dans l'onglet « [Nous contacter...](#) ».

Une réponse sera apportée à vos interrogations.

