

COMMISSION TECHNIQUE & GRADES



1. Présidence

- * **Président : Richard Prospero – 9° Dan**
- * **Vice-Président : LEDUC Vincent – 8° Dan**

2. Grades délivrés

A la date du 29 décembre 2020, Vincent LEDUC, Président de l'AFAMA / Self-défense & Disciplines Associées, certifie par la présente que les pratiquant(e)s cité(e)s sur la liste officielle des grades AFAMA & diplômés AFAMA ont obtenu leur grade respectif grâce aux compétences qu'ils ont démontrées aux examinateurs de l'AFAMA le jour de leur passage de grade, après vérification des conditions administratives de passage de grades AFAMA. Par ailleurs, seuls les diplômés inscrits dans le listing <http://www.afama.be/grades/> sont actuellement reconnus comme pratiquants pouvant accéder à un grade supérieur AFAMA.

3. Déroulement de l'examen

Deux journées sont prévues par an : l'examen technique de Style ou d'École est présenté devant la Commission des Grades dans la dynamique

du Karaté Goshindô (Voie martiale) & Disciplines Associées (Kobudô...) ou dans celle du Karaté Goshin-Jitsu (Self-défense).

L'homologation comportera 1 module « atémis », 1 module « self-défense » et 1 module Ju-Kumité pour les styles directement affinitaires au « Karaté » et associés ou 1 Randori pour les styles « Jitsu » et associés.

4. Critères de qualité technique

Ces critères s'inspirent de la tradition des arts martiaux dans laquelle la pratiquant vise à développer harmonieusement le principe « Shin-Ghi-Taï » :

- « Shin » représente l'esprit, l'attitude mentale de respect et de bienveillance qui marque la capacité à faire bon usage de ses forces acquises. Le travail du principe « Shin » commence par un travail sur soi c'est-à-dire un travail intérieur pour acquérir une force mentale conjuguant d'une part, la souplesse du mental (*l'intelligence*) et d'autre part, la fermeté de l'esprit (*la détermination, la volonté*).
- « Gi » représente la technique. « Gi » oriente le travail physique, organise les forces et canalise l'énergie pour atteindre l'efficacité.
- « Taï » représente le corps. L'action du « Taï » est rattachée à tout ce qui nous permet de *sentir*. Comme le fait par exemple de sentir l'équilibre des forces en nous ; d'où corrélativement, la recherche de la stabilité, d'un équilibre intégré, d'une respiration libre et en place, de positions et de postures correctes, d'un bon timing, d'un bon placement, d'une bonne mobilité, d'une souplesse et d'une fluidité dans le mouvement.

Plus systématiquement, l'évaluation portera sur les éléments suivants :

- ✓ « Etiquette » : correction dans la tenue et dans l'attitude.
- ✓ « Mental ».

- ✓ Atémis (*coups frappés*) de qualité (\Rightarrow *puissance / « punch » et rapidité*) et contrôlés avec pertinence (*précision gestuelle*), aussi bien donnés par les uke (*attaquants* \rightarrow *volonté sans équivoque d'une attaque juste et précise*) que par les tori (*défenseurs* \rightarrow *contact contrôlé avec le corps du uke*).
- ✓ Equilibre et fluidité du corps.
- ✓ Cohérence des enchaînements.
- ✓ Souplesse et rapidité dans les déplacements.
- ✓ Utilisation sensée de la distance et du rythme.
- ✓ Capacité de concentration de force dans les situations mobiles.
- ✓ Sensibilité à l'élimination des gestes inutiles.
- ✓ Connaissance et application rigoureuses de techniques d'autodéfense réalistes, efficaces et proportionnelles aux attaques.
- ✓ Adaptabilité par rapport à des techniques ou situations non prévues.

5. Considérations particulières par niveau

Pour les 1° et 2° Dan, ces grades sont des **grades techniques**.

Les candidats pour les 1° et 2° Dan doivent justifier une participation active et régulière aux cours d'au moins une fois par semaine pendant tout le délai d'attente minimum exigé pour le grade présenté au shodan shiken ainsi que la participation à 2 stages.

Ce délai d'attente sera augmenté proportionnellement aux absences des candidats aux cours réguliers.

Le professeur doit justifier le délai d'attente, certifier par écrit la présence aux cours de son candidat et inscrire lui-même son candidat au shodan shiken.

Toute dérogation fera l'objet d'une demande écrite spécifique au Président de l'AFAMA.

Pour les 3° et 4° Dan

En plus d'une participation active et régulière aux cours d'au moins 2 fois par mois, les candidats pour les 3° et 4° Dan doivent également justifier une participation active aux activités organisées par l'AFAMA (*cours, stages, compétitions, ...*).

Tout comme pour les 1° et 2° Dan, le délai d'attente sera ajusté d'après la participation des candidats à des cours réguliers qui sera justifiée par écrit par le candidat lui-même.

C'est le candidat qui constituera son dossier d'inscription avec toutes les pièces justificatives nécessaires lors de la demande de son inscription au Shodan Shiken.

Toute dérogation fera l'objet d'une demande écrite spécifique au Président de l'AFAMA & DA.

Pour les 5° Dan et plus, ces grades sont **des grades techniques témoignant du parcours personnel du candidat présentant à ses pairs, ses découvertes et ses développements personnels dans la voie des arts martiaux ou dans la dynamique de l'autodéfense (≠ grades honorifiques) qui s'est fait sienne tant du point de vue de sa progression personnelle sur le plan de l'efficacité martiale de sa pratique que sur le plan pédagogique et du partage de ses compétences au profit de tous, Un investissement pratique (stages personnels annoncés, stages de perfectionnement...) et organisationnel (promotion du style ou de l'Ecole, stages d'experts, compétitions...) est tout particulièrement exigé au sein de la Fédération après le 5° Dan. Par ailleurs, il va sans dire que le porteur d'un haut grade doit être pour reconnu pour son engagement positif, respectable (représentativité) et constructif envers l'AFAMA.**

En plus des critères exigés des grades passés, les candidats 6° Dan et plus doivent présenter un **mémoire technique et historique** de leurs parcours et activités.