



REGLEMENTATION DES COMPETITIONS

TAÏ-JITSU

Applicable à partir de la saison
2013/2014 Version 2



ARTICLE 1 - AIRE DE COMPETITION

- ❑ **11 L'aire de compétition doit être plane et ne présenter aucun danger.**
- ❑ **12 L'aire de compétition doit être un carré de 8 mètres de côté. Un mètre supplémentaire est prévu sur tous les côtés comme surface de sécurité. Cette surface totale de 10 x 10 mètres est composée de tatamis.**
- ❑ **13 Les juges sont assis à l'extérieur de la surface de sécurité.**

ARTICLE 2 - TENUES OFFICIELLES

JUGES

- ❑ **21 Blazer bleu marine, droit, non croisé avec deux boutons argentés.**
- ❑ **22 Chemise blanche.**
- ❑ **23 Cravate officielle.**
- ❑ **24 Pantalon gris clair, uni, sans revers.**
- ❑ **25 Chaussettes bleu foncé ou noires.**
- ❑ **26 Chaussures et chaussons d'arbitrage noirs obligatoires.**
- ❑ **27 Sifflet métal avec cordon blanc obligatoire.**

COMPETITEURS

- ❑ **28 Kimono blanc, sans bande ni liseré (sauf homologué FFKDA).**
- ❑ **29 Seul l'écusson fédéral peut être porté sur le côté gauche de la veste. La marque d'origine des fabricants peut apparaître dans les endroits normalement acceptés.**
- ❑ **210 La veste attachée, doit être d'une longueur telle qu'elle couvre les hanches et ne dépasse pas les 2/3 de la cuisse. Les compétitrices porteront un T-shirt blanc uni (ras de cou) sous la veste. Les manches de la veste ne peuvent dépasser le poignet et doivent recouvrir la moitié de l'avant bras. Elles ne doivent en aucun cas être retroussées.**
- ❑ **211 Le pantalon doit être de longueur suffisante pour recouvrir la moitié du tibia, sans dépasser la cheville.**
- ❑ **212 Les compétiteurs doivent avoir les cheveux propres et coupés à une longueur telle qu'elle ne gêne pas la bonne exécution des prestations. Les pinces métalliques sont interdites**
- ❑ **213 Les lunettes sont interdites (sauf KATA), les lentilles souples autorisées. De même aucun bijou ou piercing ne doit être porté.**
- ❑ **214 Le port de coquille-slip pour les garçons et de protège poitrine pour les filles est obligatoire à partir des catégories BENJAMIN.**
- ❑ **215 Ceinture rouge (AKA) ou bleue (AHO), ceinture blanche dans toutes les phases d'attente ou de présentation. Le port de la ceinture correspondante au grade sera autorisé uniquement pour les podiums.**
- ❑ **216 TOUT AUTRE VETEMENT ET EQUIPEMENT EST INTERDIT.**

ARTICLE 3 – ADMINISTRATION

- ❑ **31 Tout compétiteur devra présenter son passeport sportif à jour, conforme aux règlements FFKDA et dûment rempli.**
- ❑ **32 Il doit être titulaire d'au minimum 2 licences (dont licence de la saison en cours).**
- ❑ **33 Il doit présenter un certificat médical postérieur au 1er septembre de la saison en cours.**
- ❑ **34 Si le compétiteur est mineur, une autorisation parentale est obligatoire pour chaque compétition.**
- ❑ **35 Lorsque pour des raisons d'organisation, les ligues sont invitées à faire parvenir la liste des sélectionnés aux finales nationales, aucune inscription sur place ne sera admise.**
- ❑ **36 Dans toutes les catégories individuelles et équipes, sont sélectionnés les cinq premiers de la ligue pour les finales nationales. Les ligues n'ayant que peu de compétiteurs doivent faire parvenir la liste de leurs inscrits (sans sélection, faute de nombre) dans les mêmes délais que les ligues organisant des sélections. Cette liste doit être de ligue et non de club.**
- ❑ **37 Les vainqueurs de la Coupe nationale quelque soit la catégorie sont automatiquement sélectionnés pour la coupe nationale l'année suivante si ils ne changent pas de catégories et si ils ne repassent pas par les qualifications régionales auquel cas ils ne sont plus qualifiés d'office. (une ligue pourra donc envoyer 6 compétiteurs dans une catégorie)**
- ❑ **38 Le certificat médical doit être émargé obligatoirement sur le passeport. Sous peine de ne pas participer à la compétition. Seul le certificat de sur-classement peut être volant mais agrafé à la page correspondante à la saison en cours. L'autorisation parentale doit être émargée sur le passeport sauf pour les anciens passeports.**

ARTICLE 4 - CATEGORIES D'AGE ET CATEGORIES

Tout compétiteur concourra dans sa catégorie d'âge selon les règlements FFKDA. L'année de naissance définit la catégorie d'appartenance pour toute la saison sportive.

- ❑ **41 Pour les catégories équipe ENFANTS (poussins et pupilles) AVENIRS (benjamins et minimes) JEUNES (cadets et juniors) et ADULTES, il est toléré qu'un seul des 2 équipiers soit surclassé dans la catégorie supérieure immédiate. Le compétiteur surclassé doit être obligatoirement dans la dernière année de sa catégorie d'origine et doit avoir un certificat médical de Sur-classement.**
- ❑ **42 En catégories individuelles adultes, seul le sur-classement de la catégorie Junior à Sénior est autorisé à condition que le junior soit dans sa dernière année et qu'il est un certificat de sur-classement.**
- ❑ **43 Le certificat médical de sur-classement doit être délivré obligatoirement par un médecin et préciser la catégorie de sur-classement.**

ARTICLE 5 - TYPES DE COMPETITIONS

Il existe deux types de compétition :

La compétition INDIVIDUELLE :

- **Poussins (mixte)**
- **Pupilles (mixte)**
- **Benjamins (mixte)**
- **Minimes (mixte)**
- **Cadets masculins**
- **Cadets féminins**
- **Juniors masculins**
- **Juniors féminins**
- **Seniors masculins de 1968 à 1978**
- **Seniors masculins de 1979 à 1995**
- **Seniors féminins de 1968 à 1978**
- **Seniors féminins de 1979 à 1995**

La compétition EQUIPE cette compétition est mixte :

- **Enfants (poussins et pupilles)**
- **Avenirs (benjamins et minimes)**
- **Jeunes (cadets et juniors)**
- **Adultes orange à verte à partir de 1958**
- **Adultes bleue, marron et noire partir de 1958**

ARTICLE 6 - L'EQUIPE ARBITRALE

- **61 Le représentant fédéral : il est le garant de la bonne tenue de la compétition.**
- **62 Le responsable de l'arbitrage : il nomme et gère les arbitres. Il organise la logistique propre à la compétition, il gère le temps et organisent les tirages au sort.**

Sur chaque tatami :

- **64 Un juge central, qui autorise les débuts et fins de prestations, et ordonne (à l'aide d'un sifflet) le lever de drapeaux. Il peut également interpeller le superviseur sur un problème de comportement ou de règlement.**
- **65 2 juges qui votent à la fin des prestations.**

A la table :

- **66 1 Un superviseur, qui juge de la bonne application du règlement (programme des épreuves) et qui intervient pour sanctionner dans les cas suivants :**
 - **acte dangereux**
 - **tenue non conforme (longueur vêtements, lunettes, ...)**
 - **acte prohibé par les règlements fédéraux**
 - **acte visant à s'approprier la victoire sans laisser à l'autre la possibilité de s'exprimer (antijeu).**
 - **acte contraire à l'éthique des arts martiaux.**

Le superviseur ne doit en aucun cas influencer les juges, sa mission principale est de veiller au respect du règlement. Son interlocuteur est le juge central. Dans le cas où le superviseur et l'arbitre central sont d'accord sur un problème de règlement ou de comportement dangereux ou d'anti-jeu, l'arbitre central retourne à sa place et sans se rasseoir désigne le vainqueur. Il est dans ce cas le seul arbitre à donner la victoire. Dans le cas contraire, et uniquement dans ce cas il fait appel aux arbitres latéraux.

Le superviseur peut demander la disqualification pour la totalité de la compétition d'un compétiteur qu'il jugerait dangereux au responsable de l'arbitrage national.

- **67 1 Un marqueur, garant de la bonne tenue des feuilles de match.**
- **68 1 Un chronométreur/annonceur.**

ARTICLE 7: ACCOMPAGNATEURS ENFANTS

Chaque délégation peut nommer deux accompagnateurs pour encadrer et superviser les enfants (poussins / pupilles / benjamins / minimes). Ils sont seuls autorisés à pénétrer dans la salle en dehors des compétiteurs et des officiels. Ils sont habillés d'un survêtement et porte un identifiant (badge fourni par l'organisateur). Ils ne sont pas habilités à intervenir durant les prestations.

Les noms des accompagnateurs doivent être transmis au responsable de l'arbitrage le jour de la compétition (2 accompagnateurs par club pour les compétitions régionales et 2 accompagnateurs par ligue pour les finales nationales)

ARTICLE 8: TIRAGE AU SORT

- **81 Tirage au sort**

Le tirage au sort s'effectue le matin même des épreuves en présence du responsable de l'arbitrage.

ARTICLE 9: DEROULEMENT DES MATCHS

- **91 Démarrage**

Quelque soit l'épreuve de la compétition à savoir Kata, techniques, randori, assauts imposés ou randori en cercle c'est le compétiteur AKA qui commencera la prestation ou portera la 1^{ère} attaque.

- **92 Mise en garde**

Dans les épreuves techniques, randori, assauts imposés ou randori en cercle, les 2 compétiteurs démarrent face en face et en garde à gauche (jambe droite derrière). Toute attaque portée se fera en avançant la jambe droite.

Lors de l'épreuve technique les compétiteurs doivent impérativement reprendre leur place initiale après chaque technique.

□ **93 Antijeu**

En épreuve technique et randori il s'agit de résister à l'adversaire alors qu'un ATEMI efficace a été donné, ceci ne permet donc pas à l'adversaire de pouvoir s'exprimer normalement.

Par contre à l'inverse le fait de ne pas lâcher prise alors que l'ATEMI est totalement inefficace ne constitue en rien de l'Antijeu.

□ **94 Randori**

Dans le randori à 2 (libre ou imposé) il ne doit pas y avoir de temps morts. Les compétiteurs enchaînent les attaques et défenses l'une derrière l'autre sans revenir au centre du tatami pour reprendre leur position de départ. De même lorsque des armes sont utilisées, il ne doit pas y avoir de coupure permettant de récupérer. Le travail technique doit rester réaliste.

Dans le randori en cercle, il ne sera toléré qu'un seul SUTEMI et ainsi éviter que le compétiteur qui est attaqué se retrouve plusieurs fois au sol face à plusieurs adversaires.

NOTA : LE RESPECT DU REGLEMENT EST PRIORITAIRE SUR LA QUALITE DE LA PRESTATION. CE QUI ENTRAINERA LA PERTE DU MATCH MÊME SI LA PRESTATION EST DE MEILLEUR QUALITE.

COMPETITIONS INDIVIDUELLES ENFANTS

La compétition se déroule selon les catégories officielles de la fédération :

Cette compétition se déroule en un seul championnat avec des épreuves kata, technique de défense ou randori (en fonction de la catégorie) suivant la règle des éliminatoires directes avec repêchage des compétiteurs éliminés par les finalistes afin de remonter à la cinquième place.

Chaque tour est un match opposant deux compétiteurs qui sont départagés aux drapeaux, Les tableaux de compétition sont ceux couramment utilisés par la fédération.

DEROULEMENT DE LA COMPETITION

Pour les catégories **POUSSINS** et **PUPILLES**, on entend par technique de défense :

- **une esquive,**
- **un atémi préparatoire,**
- **une technique de projection suivie éventuellement d'un seul atémi final,**
- **où d'une technique par Atémi,**

La défense ne peut excéder 2 atémis.

Les techniques de balayage et de sutémi sont acceptées comme projection.

PROGRAMME POUSSINS

Exécution de tai-jitsu kata shodan, puis démonstration de deux défenses par atémi et par compétiteur :

1^{ère} attaque de face - Saisie d'un poignet direct ou saisie des 2 poignets.

2^{ème} attaque de face - Saisie d'un poignet croisé ou saisie d'un poignet direct à 2 mains.

Chaque compétiteur exécute ses 2 techniques à la suite.

PROGRAMME PUPILLES

Exécution d'un kata tiré au sort parmi tai-jitsu kata shodan et tai-jitsu kata nidan, puis démonstration d'une 1^{ère} défense par atémi sur saisie de face suivit d'une 2^{ème} défense par projection sur saisie arrière :

1^{ère} attaque de face - Saisie d'un poignet direct ou saisie d'un poignet croisé.

2^{ème} attaque arrière * - Saisie des 2 poignets (jambe droite devant) ou saisie du col main droite (jambe droite devant). Le défenseur se tiendra en HACHIJI DACHI dos à son adversaire.

*** un seul atémi final est autorisé après les projections.**

Chaque compétiteur exécute ses 2 techniques à la suite.

PROGRAMME BENJAMINS

Exécution d'un kata de base tiré au sort, puis randori de démonstration de trois défenses par compétiteur : Défense uniquement par atémi ou projection.

- 1^{ère} attaque de face** - Saisie d'un poignet direct ou saisie d'un poignet croisé.
- 2^{ème} attaque arrière** - Saisie des 2 poignets (*jambe droite devant*) ou saisie du col main droite (*jambe droite devant*).
- 3^{ème} attaque par atémi** - Oi zuki chudan (coup de poing direct niveau moyen).

AHO disposera de 20 secondes de récupération entre son kata et le randori.

PROGRAMME MINIMES

Exécution d'un kata de base tiré au sort, puis randori de démonstration de trois défenses par compétiteur :

- 1^{ère} attaque de face** - Saisie d'un poignet direct, d'un poignet croisé ou d'un poignet direct à 2 mains.
- 2^{ème} attaque arrière** - Saisie des 2 poignets (*jambe droite devant*) ou saisie du col main droite (*jambe droite devant*) ou encerclement niveau ventre bras libre (*jambe droite devant*).
- 3^{ème} attaque par atémi** - Oi zuki chudan (*coup de poing direct niveau moyen*) ou
mae geri chudan jambe droite (*coup de pied direct niveau moyen*).

AHO disposera de 20 secondes de récupération entre son kata et le randori.

COMPETITIONS INDIVIDUELLES JEUNES

(cadets masculins / cadets féminins)

(juniors masculins / juniors féminins)

(soit 4 catégories distinctes, mais même programme)

Cette compétition se déroule en un seul championnat avec comprenant des épreuves kata, technique de défense, assaut ou randori suivant la règle des éliminatoires directes avec repêchage des compétiteurs éliminés par les finalistes afin de remonter à la cinquième place.

Chaque tour est un match opposant deux compétiteurs qui sont départagés aux drapeaux, Les tableaux de compétition sont ceux couramment utilisés par la fédération.

A CHAQUE TOUR :

Kata tiré au sort parmi tai-jitsu kata shodan, tai-jitsu kata nidan et tai-jitsu kata sandan, puis tirage au sort de l'épreuve randori de saisies d'une minute ou assauts imposés.

PRECISION SUR LES ASSAUTS :

- sur l'assaut latéral, le compétiteur pourra choisir son coté même s'il tourne le dos à l'arbitre central.

REPÊCHAGES :

1 kata tiré au sort parmi les 3 katas de base.

FINALE 1^{ère}, 3^{ème} et 5^{ème} place :

Randori de saisies en cercle (les attaques seront imposées par l'arbitre central)

RANDORI EN CERCLE : On départagera aux drapeaux les 2 compétiteurs par l'intermédiaire d'un combat contre 6 adversaires.

Tous les compétiteurs quarts de finalistes participent au randori en cercle.

AHO aura 20 secondes de récupération entre le kata et le randori.

COMPETITIONS INDIVIDUELLES ADULTES

(sénior masculins) et (sénior féminins) de 1979 à 1995

(soit 2 catégories distinctes, mais même programme)

Cette compétition se déroule en un seul championnat comprenant des épreuves kata, technique de défense, assaut ou randori suivant la règle des éliminatoires directes avec repêchage des compétiteurs éliminés par les finalistes afin de remonter à la cinquième place.

Chaque tour est un match opposant deux compétiteurs qui sont départagés aux drapeaux, Les tableaux de compétition sont ceux couramment utilisés par la fédération.

A CHAQUE TOUR :

Kata tiré au sort parmi tai-jitsu kata shodan, tai-jitsu kata nidan, tai-jitsu kata sandan et tai-jitsu kata godan, puis tirage au sort de l'épreuve randori ou assauts imposés.

Randori d'une minute

PRECISION SUR LE RANDORI : sont autorisées 2 attaques par Atemi et par compétiteur. Ces deux attaques par atemi, ne peuvent être exécutées que lors des 2 premières attaques, mais l'ordre sera libre ;

- coup de poing de face niveau moyen (oï tsuki chudan)
- coup de pied de face niveau moyen jambe droite (mae geri chudan)

Si les attaques par ATEMIS ne sont pas exécutées sur les 2 premières attaques, il sera impossible pour le compétiteur de les faire ensuite. Le compétiteur peut donc faire 2 saisies sur les 2 premières attaques ; mais dans ce cas le randori ne comportera pas d'attaque par atemi.

PRECISION SUR LES ASSAUTS :

- sur l'assaut latéral, le compétiteur pourra choisir son coté même s'il tourne le dos à l'arbitre central.

REPÊCHAGES :

1 kata tiré au sort parmi les 3 katas de base et tai-jitsu kata Godan.

FINALE 1^{ère}, 3^{ème} et 5^{ème} place :

Randori en cercle avec armes (les attaques seront imposées par l'arbitre central)

RANDORI EN CERCLE : On départagera aux drapeaux les 2 compétiteurs par l'intermédiaire d'un combat contre 6 adversaires.

Tous les compétiteurs quarts de finalistes participent au randori en cercle.

ARMES AUTORISEES: COUTEAU (couteau de démonstration non tranchant et époiné) BATON COURT (maximum 40 cm)

AHO aura 20 secondes de récupération entre le kata et le randori.

COMPÉTITIONS INDIVIDUELLES ADULTES

(sénior masculins) et (sénior féminins) de 1968 à 1978

(soit 2 catégories distinctes, mais même programme)

Cette compétition se déroule en un seul championnat comprenant des épreuves kata, technique de défense, assaut ou randori suivant la règle des éliminatoires directes avec repêchage des compétiteurs éliminés par les finalistes afin de remonter à la cinquième place. Chaque tour est un match opposant deux compétiteurs qui sont départagés aux drapeaux, Les tableaux de compétition sont ceux couramment utilisés par la fédération.

A CHAQUE TOUR :

Kata tiré au sort parmi tai-jitsu kata shodan, tai-jitsu kata nidan, tai-jitsu kata sandan et tai-jitsu kata godan, puis tirage au sort de l'épreuve randori (1 minute) ou assauts imposés.

Randori d'une minute

PRECISION SUR LE RANDORI : sont autorisées 2 attaques par Atemi et par compétiteur. Ces deux attaques par atemi, ne peuvent être exécutées que lors des 2 premières attaques, mais l'ordre sera libre ;

- coup de poing de face niveau moyen (oï tsuki chudan)
- coup de pied de face niveau moyen jambe droite (mae geri chudan)

Si les attaques par ATEMIS ne sont pas exécutées sur les 2 premières attaques, il sera impossible pour le compétiteur de les faire ensuite. Le compétiteur peut donc faire 2 saisies sur les 2 premières attaques ; mais dans ce cas le randori ne comportera pas d'attaque par atemi.

PRECISION SUR LES ASSAUTS :

- sur l'assaut latéral, le compétiteur pourra choisir son coté même s'il tourne le dos à l'arbitre central

REPÊCHAGES :

1 kata tiré au sort parmi les 3 katas de base et tai-jitsu kata Godan.

FINALE 1^{ère}, 3^{ème} et 5^{ème} place :

Randori en cercle avec armes (les attaques seront imposées par l'arbitre central)

RANDORI EN CERCLE : On départagera aux drapeaux les 2 compétiteurs par l'intermédiaire d'un combat contre 6 adversaires.

Tous les compétiteurs quarts de finalistes participent au randori en cercle.

ARMES AUTORISEES: COUTEAU (couteau de démonstration non tranchant et épointé) **BATON COURT** (maximum 40 cm)

AHO aura 20 secondes de récupération entre le kata et le randori

COMPETITIONS EQUIPES ENFANTS

Catégorie Enfants (poussins et pupilles)

Catégorie Avenirs : (benjamins et minimes)

Catégorie Jeunes : (cadets et juniors)

Les équipes sont constituées de deux masculins, deux féminines ou d'un masculin et d'une féminine. Possibilité que l'un des 2 co-équipiers soit surclassé si celui-ci est dans la dernière année de sa catégorie avec un certificat médical de sur-classement.

Cette compétition se déroule suivant la règle des éliminatoires directes avec repêchage des équipes candidates éliminées par les finalistes, pour remonter à la cinquième place. Chaque tour est un match opposant deux équipes qui sont départagées aux drapeaux, Les tableaux de compétition sont ceux couramment utilisés par la fédération. A chaque tour, les équipes effectuent un kata au choix suivi d'une démonstration de défenses. Lors de la démonstration technique AKA et AHO doivent revenir impérativement à leur place.

Pour la catégorie ENFANTS, on entend par technique de défense :

- une esquive,**
- un atémi préparatoire,**
- une technique de projection suivie éventuellement d'un seul atémi final,**
- ou d'une technique par atémi,**

La défense ne peut excéder 2 atémis.

Les techniques de balayage et de sutémi sont acceptées comme projection.

NOTA : les saisies de poignets peuvent être avant, arrière ou latérales, sur un ou deux poignets, à une ou deux mains, basses ou hautes.

La liste des Katas de base est la suivante :

- taï-jitsu kata shodan**
- taï-jitsu kata nidan**
- taï-jitsu kata sandan**

CATEGORIE ENFANTS (Poussins / Pupilles)

Exécution de tai-jitsu kata shodan synchronisé, puis démonstration de deux techniques de défense sur saisies de poignets par chacun des coéquipiers, soit 4 défenses en tout. Il devra y avoir une défense par atémi (1) et une par projection (2) pour chacun des coéquipiers. Les coéquipiers reprennent leur place initiale après chaque technique.

CATEGORIE AVENIR (Benjamins / Minimes)

Exécution d'un kata de base synchronisé, puis randori de démonstration de trois techniques de défense par atémi, clef ou projection pour chacun des coéquipiers soit 6 techniques en tout. Les défenses sont libres, mais il devra y avoir une attaque par atémi (1), une attaque par saisie avant (2) et une attaque par saisie arrière (3) pour chacun des coéquipiers. (Donc, pas de retour à la place initiale). L'ordre des attaques est au choix des compétiteurs.

***On laissera 20 secondes de récupération entre le kata et le randori**

CATEGORIE JEUNES (cadets / Juniors)

Exécution d'un kata de base synchronisé suivi d'un randori de démonstration d'une minute. Arme autorisée (uniquement bâton court).

Dans le randori de démonstration, il est interdit d'utiliser la technique de ciseaux au niveau de la gorge et / ou tête.

***On laissera 20 secondes de récupération entre le kata et le randori**

CATEGORIE ADULTES ORANGE à VERTE

L'équipe exécute un kata de base synchronisé, suivi d'un randori de démonstration d'une minute sans armes.

Dans le randori de démonstration, il est interdit d'utiliser la technique de ciseaux au niveau de la gorge et / ou tête.

***On laissera 20 secondes de récupération entre le kata et le randori**

CATEGORIE ADULTES BLEUE, MARRON ET NOIRE

L'équipe exécute un kata de base ou Godan, synchronisé suivi d'un randori de démonstration d'une minute. Armes autorisées (tanto époiné et non tranchant, bâton court).

Dans le randori de démonstration, il est interdit d'utiliser la technique de ciseaux au niveau de la gorge et / ou tête.

*On laissera 20 secondes de récupération entre le kata et le randori

Liste des attaques pour les assauts imposés

Après s'être salués les deux compétiteurs se font face et sont en garde à gauche (jambe droite derrière). Chaque attaque se fait en avançant la jambe droite. Le compétiteur qui attaque exécute 3 assauts par saisies de son choix dans la liste déterminée (1 de face, 1 latéral, 1 arrière), puis termine la série par l'attaque ATEMI de son choix dans la liste déterminée qu'il annonce (dans l'esprit du kihon ippon kumite).

Une fois les attaques terminées, le compétiteur qui vient de se défendre va à son tour procéder aux attaques.

Chaque compétiteur est responsable de la manière dont il attaque. Les attaques doivent être faites le plus directement possible, avec détermination et dans un esprit martial.

Toute attaque qui ne respecterait pas ces critères sera sanctionnée.

Attaques saisies de Face :

- 1 Saisie d'un poignet direct**
- 2 Saisie d'un poignet opposé**
- 3 Saisie du revers avec la main droite**
- 4 Encerclement de face bras libres**
- 5 Etranglement à deux mains bras tendus**

Attaques saisies latérale :

- 1 Saisie du poignet (pouce en bas)**
- 2 Saisie du poignet avec main gauche et de la manche avec main droite**
- 3 Prise de tête verrouillée jambes devant**
- 4 Etranglement à deux mains bras tendus**
- 5 Etranglement avec l'avant-bras et « arm lock »**

Attaques saisies arrière :

- 1 Encerclement bras libres**
- 2 Saisie des deux poignets**
- 3 Saisie du col à une main (main droite et jambe droite devant)**
- 4 Encerclement bras pris**
- 5 Saisie des cheveux à une main (main droite et jambe droite devant)**

Attaques ATEMI de Face : L'attaque sera annoncée avant exécution

- 1 oï ZUKI CHUDAN**
- 2 Mae geri chudan JAMBE ARRIERE**
- 3 Mawashi geri chudan JAMBE ARRIERE**
- 4 Uraken bras droit en avançant**