



ASSOCIATION DE  
KARATÉ JAPONAIS  
DU QUÉBEC

# **Guide des compétitions**

## Règlements

Version finale

***Rédaction***

Valérie Bellehumeur  
Thomas Côté

***Supervision***

Gilles Périard

***Collaboration***

Guy Bourgon  
Bryan Mattias  
Claude Deschênes  
Alain Dumas  
Carmen Bernleithner  
Christian Godard  
Pierre Beaulieu  
Marco Coulombe  
Julie Rousseau  
Jean Régnier  
Denise Cheyviolle

Révisé le 1<sup>er</sup> mars 2014

## Table des matières

|           |                                                                 |           |
|-----------|-----------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>1.</b> | <b>Catégories et règlements enfants et adolescents .....</b>    | <b>1</b>  |
| 1.1       | Catégories .....                                                | 1         |
| 1.2       | Règlements kata équipe enfants et adolescents .....             | 1         |
| 1.3       | Règlements kata individuel enfants et adolescents .....         | 4         |
| 1.4       | Règlements kumite individuel enfants et adolescents .....       | 6         |
| 1.5       | Règlements concernant les contacts enfants et adolescents ..... | 9         |
| 1.6       | Types de kumite enfants et adolescents .....                    | 10        |
| 1.6.1     | <i>Sambon kumite</i> .....                                      | 10        |
| 1.6.2     | <i>Ippon kumite</i> .....                                       | 10        |
| 1.6.3     | <i>Jiyu ippon kumite</i> .....                                  | 11        |
| 1.6.4     | <i>Shiai</i> .....                                              | 12        |
| <b>2.</b> | <b>Catégories et règlements adultes .....</b>                   | <b>13</b> |
| 2.1       | Catégories .....                                                | 13        |
| 2.2       | Règlements kata équipe adultes .....                            | 13        |
| 2.3       | Règlements kata individuel adultes .....                        | 16        |
| 2.4       | Règlements kumite individuel adultes .....                      | 18        |
| 2.5       | Règlements concernant les contacts adultes .....                | 20        |
| 2.6       | Types de kumite adultes .....                                   | 21        |
| 2.6.1     | <i>Sambon kumite</i> .....                                      | 21        |
| 2.6.2     | <i>Ippon kumite</i> .....                                       | 21        |
| 2.6.3     | <i>Jiyu ippon kumite</i> .....                                  | 22        |
| 2.6.4     | <i>Shiai</i> .....                                              | 23        |
| <b>3.</b> | <b>Catégories et règlements kata équipe BUNKAI et ENBU.....</b> | <b>24</b> |
| 3.1       | Catégories .....                                                | 24        |
| 3.2       | Règlements kata équipe BUNKAI .....                             | 24        |
| 3.3       | Règlements équipe ENBU .....                                    | 25        |
|           | <b>Annexes .....</b>                                            | <b>26</b> |
|           | Lexique d'arbitrage .....                                       | 27        |
|           | Table des décisions .....                                       | 28        |
|           | Dimensions de l'aire de compétition .....                       | 29        |
|           | Tableau de repêchage .....                                      | 30        |
|           | Signaux d'arbitrage .....                                       | 32        |

## Liste des tableaux

### 1. Catégories et règlements enfants et adolescents

|                                                                   |   |
|-------------------------------------------------------------------|---|
| TABLEAU 1.1 – Catégories chez les enfants et les adolescents..... | 1 |
| TABLEAU 1.2 – Regroupements acceptés en kata équipe .....         | 1 |
| TABLEAU 1.3 – Classification des katas .....                      | 2 |
| TABLEAU 1.4 – Kata équipe enfants et adolescents.....             | 3 |
| TABLEAU 1.5 – Kata individuel enfants et adolescents .....        | 5 |
| TABLEAU 1.6 – Kumite individuel enfants et adolescents.....       | 7 |
| TABLEAU 1.7 – Jugement des contacts .....                         | 9 |

### 2. Catégories et règlements adultes

|                                                           |    |
|-----------------------------------------------------------|----|
| TABLEAU 2.1 – Catégories chez les adultes.....            | 13 |
| TABLEAU 2.2 – Regroupements acceptés en kata équipe ..... | 14 |
| TABLEAU 2.3 – Classification des katas .....              | 14 |
| TABLEAU 2.4 – Kata équipe adultes .....                   | 15 |
| TABLEAU 2.5 – Kata individuel adultes .....               | 17 |
| TABLEAU 2.6 – Kumite individuel adultes .....             | 19 |
| TABLEAU 2.7 – Jugement des contacts .....                 | 20 |

### 3. Catégories et règlements kata équipe BUNKAI ET ENBU

|                                                              |    |
|--------------------------------------------------------------|----|
| TABLEAU 3.1 – Catégories en kata équipe Bunkai et Enbu ..... | 24 |
|--------------------------------------------------------------|----|

## 1. Catégories et règlements enfants et adolescents

### 1.1 Catégories

Chez les enfants et les adolescents, les catégories sont les suivantes :

**TABLEAU 1.1 – Catégories chez les enfants et les adolescents**

| Kata équipe               |        |   |                  |        |   |
|---------------------------|--------|---|------------------|--------|---|
| Blanches à mauves         |        |   | Marron et noires |        |   |
| Âges                      | Sexes  |   | Âges             | Sexes  |   |
| 6 à 11                    | Mixtes |   | 6 à 8            | Mixtes |   |
|                           |        |   | 9 à 11           |        |   |
| 12 à 17                   |        |   | 12 à 14          | F      | G |
|                           |        |   | 15 à 17          |        |   |
| Kata individuel et kumite |        |   |                  |        |   |
| Blanches à mauves         |        |   | Marron et noires |        |   |
| Âges                      | Sexes  |   | Âges             | Sexes  |   |
| 6 à 8                     | Mixtes |   | 6 à 8            | Mixtes |   |
| 9 à 11                    |        |   | 9 à 11           |        |   |
| 12 à 14                   | F      | G | 12 à 14          | F      | G |
| 15 à 17                   |        |   | 15 à 17          |        |   |
| Bunkai et enbu            |        |   |                  |        |   |
|                           |        |   | Marron et noires |        |   |
|                           |        |   | Âges             | Sexes  |   |
|                           |        |   | 8 à 13           | F      | G |
|                           |        |   | 14 à 17          |        |   |

### 1.2 Règlements kata équipe enfants et adolescents

Les équipes peuvent être composées de jeunes appartenant à deux groupes d'âges. Dans ce cas, c'est la moyenne arithmétique qui détermine dans quelle catégorie l'équipe participe. Seuls les regroupements des couleurs présentés au tableau 1.2 ci-dessous sont autorisés.

**TABLEAU 1.2 – Regroupements acceptés en kata équipe**

| <i>Blanches et jaunes (Bl) (J)</i>              | <i>Orange (O)</i>       | <i>Vertes (V)</i>       | <i>Bleues et mauves (B)</i> | <i>Marron (M)</i> | <i>Noires (N)</i>       |
|-------------------------------------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------------|-------------------|-------------------------|
| BI-BI-BI<br>BI-BI-J<br>BI-J-J<br>J-J-J<br>J-J-O | J-O-O<br>O-O-O<br>O-O-V | O-V-V<br>V-V-V<br>V-V-B | V-B-B<br>B-B-B<br>B-B-M     | B-M-M<br>M-M-M    | M-M-N<br>M-N-N<br>N-N-N |

Pour les ceintures blanches à mauves, les compétiteurs peuvent exécuter le kata de leur grade ou un kata inférieur, selon ce qui est présenté au tableau 1.4 (p. 3). Pour les ceintures marron, seuls les 15 premiers katas sont acceptés. Les ceintures noires peuvent choisir parmi les 26 katas originaux. Voir le tableau 1.3 ci-dessous.

En cas d'égalité, les blanches à mauves peuvent reprendre le même kata, alors que les marron et noires doivent choisir un kata différent. Advenant une deuxième égalité, tous peuvent reprendre leur premier kata. S'il y a une troisième égalité, la note la plus haute est retenue et, si l'égalité persiste, la note la plus basse est ajoutée.

**TABLEAU 1.3 – Classification des katas**

| Shitei katas                                                               | Sentei katas                            | 15 premiers katas                                                                                                         |                                                                         | Autres katas                                             |                                                                     |
|----------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|
| Heian nidan<br>Heian sandan<br>Heian yondan<br>Heian godan<br>Tekki shodan | Bassai Dai<br>Kanku Dai<br>Jion<br>Empi | Heian shodan<br>Heian nidan<br>Heian sandan<br>Heian yondan<br>Heian godan<br>Tekki shodan<br>Tekki nidan<br>Tekki sandan | Bassai Dai<br>Kanku Dai<br>Jion<br>Empi<br>Jitte<br>Gankaku<br>Hangetsu | Bassai Sho<br>Kanku Sho<br>Chinte<br>Nijushiho<br>Sochin | Unsu<br>Gojushiho Sho<br>Gojushiho Dai<br>Meikyo<br>Ji'in<br>Wankan |

**TABLEAU 1.4 – Kata équipe enfants et adolescents**

| Catégories                                                                        |                                                                                            | Kata                                                                                            |  | Égalité <sup>1</sup>                        |
|-----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|--|---------------------------------------------|
| <b>Blanches et jaunes mixtes</b><br>(Bl-BI-BI / Bl-BI-J / Bl-J-J / J-J-J / J-J-O) |                                                                                            |                                                                                                 |  | Les équipes peuvent reprendre le même kata. |
| 6 à 11                                                                            | Heian shodan<br>Heian nidan                                                                |                                                                                                 |  |                                             |
| 12 à 17                                                                           |                                                                                            |                                                                                                 |  |                                             |
| <b>Orange mixtes</b><br>(J-O-O / O-O-O / O-O-V)                                   |                                                                                            |                                                                                                 |  |                                             |
| 6 à 11                                                                            | Heian shodan<br>Heian nidan<br>Heian sandan                                                |                                                                                                 |  |                                             |
| 12 à 17                                                                           |                                                                                            |                                                                                                 |  |                                             |
| <b>Vertes mixtes</b><br>(O-V-V / V-V-V / V-V-B)                                   |                                                                                            |                                                                                                 |  |                                             |
| 6 à 11                                                                            | Heian shodan<br>Heian nidan<br>Heian sandan<br>Heian yondan                                |                                                                                                 |  |                                             |
| 12 à 17                                                                           |                                                                                            |                                                                                                 |  |                                             |
| <b>Bleues et mauves mixtes</b><br>(V-B-B / B-B-B / B-B-M)                         |                                                                                            |                                                                                                 |  |                                             |
| 6 à 11                                                                            | Heian shodan<br>Heian nidan<br>Heian sandan<br>Heian yondan<br>Heian godan<br>Tekki shodan |                                                                                                 |  |                                             |
| 12 à 17                                                                           |                                                                                            |                                                                                                 |  |                                             |
| <b>Marron et noires</b><br>(B-M-M / M-M-M / M-M-N / M-N-N / N-N-N)                |                                                                                            |                                                                                                 |  |                                             |
| 6 à 8                                                                             | Mixtes                                                                                     | Marron : Au choix parmi les 15 premiers katas<br>Noires : Au choix parmi les 26 katas originaux |  |                                             |
| 9 à 11                                                                            | Mixtes                                                                                     |                                                                                                 |  |                                             |
| 12 à 14                                                                           | F                                                                                          |                                                                                                 |  |                                             |
|                                                                                   | G                                                                                          |                                                                                                 |  |                                             |
| 15 à 17                                                                           | F                                                                                          |                                                                                                 |  |                                             |
|                                                                                   | G                                                                                          |                                                                                                 |  |                                             |

<sup>1</sup> Advenant une deuxième égalité, tous peuvent reprendre leur premier kata. S'il y a une troisième égalité, la note la plus haute est retenue et si l'égalité persiste, la note la plus basse est ajoutée.

### **1.3 Règlements kata individuel enfants et adolescents**

En **élimination**, c'est-à-dire aux drapeaux, pour les ceintures blanches à mauves, les katas sont imposés et correspondent au kata du grade précédent, selon ce qui est présenté au tableau 1.5 (p. 5). Pour les ceintures marron et noires, les katas sont choisis parmi les shitei katas (tableau 1.3, p. 2). S'il y a 8 compétiteurs ou moins dans une catégorie, ceux-ci passent directement en finale au pointage.

En **finale**, c'est-à-dire au pointage, les blanches à mauves ont le choix de faire leur tokui kata ou un kata inférieur. Les marron peuvent choisir parmi les 15 premiers katas et les noires peuvent choisir parmi les 26 katas originaux.

En cas d'**égalité**, les blanches à mauves peuvent reprendre le même kata, alors que les marron et noires doivent choisir un kata différent. Advenant une deuxième égalité, tous peuvent reprendre leur premier kata. S'il y a une troisième égalité, la note la plus haute est retenue et, si l'égalité persiste, la note la plus basse est ajoutée.

#### **NOTE IMPORTANTE :**

Dans l'éventualité où une catégorie contiendrait peu de compétiteurs, elle pourrait être regroupée avec une autre catégorie. Cependant, les regroupements ne s'effectueront pas entre les différentes catégories d'âges, mais bien entre les différents niveaux de ceintures (ex. jaune avec orange, orange avec verte, verte avec bleue et mauve, marron avec noire).



**TABLEAU 1.5 – Kata individuel enfants et adolescents**

| Catégories         |        | Éliminations <sup>1</sup><br>Aux drapeaux    | Finales<br>Au pointage                                                                     | Égalité <sup>2</sup>                                                              |
|--------------------|--------|----------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|
| Âges               | Sexes  |                                              |                                                                                            |                                                                                   |
| Blanches et jaunes |        |                                              |                                                                                            | Les compétiteurs peuvent reprendre le même kata.                                  |
| 6 à 8              | Mixtes | Heian shodan                                 | Heian shodan<br>Heian nidan                                                                |                                                                                   |
| 9 à 11             |        |                                              |                                                                                            |                                                                                   |
| 12 à 14            | F      |                                              |                                                                                            |                                                                                   |
|                    | G      |                                              |                                                                                            |                                                                                   |
| 15 à 17            | F      |                                              |                                                                                            |                                                                                   |
|                    | G      |                                              |                                                                                            |                                                                                   |
| Orange             |        |                                              |                                                                                            |                                                                                   |
| 6 à 8              | Mixtes | Heian nidan                                  | Heian shodan<br>Heian nidan<br>Heian sandan                                                |                                                                                   |
| 9 à 11             |        |                                              |                                                                                            |                                                                                   |
| 12 à 14            | F      |                                              |                                                                                            |                                                                                   |
|                    | G      |                                              |                                                                                            |                                                                                   |
| 15 à 17            | F      |                                              |                                                                                            |                                                                                   |
|                    | G      |                                              |                                                                                            |                                                                                   |
| Vertes             |        |                                              |                                                                                            |                                                                                   |
| 6 à 8              | Mixtes | Heian sandan                                 | Heian shodan<br>Heian nidan<br>Heian sandan<br>Heian yondan                                |                                                                                   |
| 9 à 11             |        |                                              |                                                                                            |                                                                                   |
| 12 à 14            | F      |                                              |                                                                                            |                                                                                   |
|                    | G      |                                              |                                                                                            |                                                                                   |
| 15 à 17            | F      |                                              |                                                                                            |                                                                                   |
|                    | G      |                                              |                                                                                            |                                                                                   |
| Bleues et mauves   |        |                                              |                                                                                            |                                                                                   |
| 6 à 8              | Mixtes | Heian yondan                                 | Heian shodan<br>Heian nidan<br>Heian sandan<br>Heian yondan<br>Heian godan<br>Tekki shodan |                                                                                   |
| 9 à 11             |        |                                              |                                                                                            |                                                                                   |
| 12 à 14            | F      |                                              |                                                                                            |                                                                                   |
|                    | G      |                                              |                                                                                            |                                                                                   |
| 15 à 17            | F      |                                              |                                                                                            |                                                                                   |
|                    | G      |                                              |                                                                                            |                                                                                   |
| Marron et noires   |        |                                              |                                                                                            | Lors d'une première égalité, les compétiteurs doivent exécuter un kata différent. |
| 6 à 8              | Mixtes | Shitei katas<br><br>(Voir tableau 1.3, p. 2) | Kata au choix<br><br>Marron : 15 premiers katas<br>Noires : 26 katas originaux             |                                                                                   |
| 9 à 11             | F      |                                              |                                                                                            |                                                                                   |
|                    | G      |                                              |                                                                                            |                                                                                   |
| 12 à 14            | F      |                                              |                                                                                            |                                                                                   |
|                    | G      |                                              |                                                                                            |                                                                                   |
| 15 à 17            | F      |                                              |                                                                                            |                                                                                   |
|                    | G      |                                              |                                                                                            |                                                                                   |

<sup>1</sup> S'il y a 8 compétiteurs ou moins dans une catégorie, ceux-ci passent directement en finale au pointage.

<sup>2</sup> Advenant une deuxième égalité, tous peuvent reprendre leur premier kata. S'il y a une troisième égalité, la note la plus haute est retenue et, si l'égalité persiste, la note la plus basse est ajoutée.

### 1.4 Règlements kumite individuel enfants et adolescents

Pour les combats de type sambon, ippon ou jiyu ippon, le côté rouge (AKA) débute les attaques. Une fois les attaques complétées par le côté rouge, le côté bleu (AO) effectue les attaques. En cas d'égalité, le combat reprend et AO débute les attaques. Les détails concernant les catégories et les règlements de ces épreuves sont résumés dans le tableau 1.6 (pp. 7-8).

Les attaques doivent être nommées à voix haute et de façon claire avant d'être effectuées. L'attaquant (tori) doit attendre le signal de l'arbitre central avant d'exécuter sa série d'attaques. Les **feintes** de toutes sortes (mouvements, bruits, hésitations, etc.) sont **interdites**.

Le **port de lunettes** de toutes sortes est **interdit**; seules les lentilles cornéennes sont permises. De plus, tous les **bijoux**, c'est-à-dire boucles d'oreilles, bagues, colliers, bracelets (même médicaux), etc. sont **interdits** et doivent être **enlevés**. **Aucun perçage** (body piercing) **même recouvert d'un ruban ne sera toléré**. Pour les cheveux, seuls les élastiques sont permis; tous les autres accessoires sont interdits.

Les bracelets médicaux doivent être remis à l'arbitre central de l'aire de compétition pour la durée de l'épreuve.

Le port du hijab est permis à la condition de ne pas constituer un danger.

Les protecteurs buccaux et les gants rouges et bleus sont obligatoires en jiyu ippon kumite et en shiai. Les compétiteurs portant des broches doivent s'assurer que leur protecteur buccal les recouvre entièrement (dentition supérieure et inférieure si nécessaire). Le port d'une coquille pour les garçons ou d'un protège-buste pour les filles est fortement recommandé.

**Toutes les formes de « coaching »**, c'est-à-dire soutien verbal ou gestuel visant à conseiller un compétiteur se trouvant dans l'aire de compétition, sont **strictement interdites** sous peine de **disqualification du compétiteur**.

#### NOTE IMPORTANTE :

Dans l'éventualité où une catégorie contiendrait peu de compétiteurs, elle pourrait être regroupée avec une autre catégorie. Cependant, les regroupements ne s'effectueront pas entre les différentes catégories d'âges, mais bien entre les différents niveaux de ceintures (ex. jaune avec orange, orange avec verte, verte avec bleue et mauve, marron avec noire).

**TABLEAU 1.6 – Kumite individuel enfants et adolescents**

| Catégories         |        | Éliminations                                                                                                                                                                         | Finales | Égalité                                                                                                                |
|--------------------|--------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Âges               | Sexes  |                                                                                                                                                                                      |         |                                                                                                                        |
| Blanches et jaunes |        |                                                                                                                                                                                      |         | Les compétiteurs reprennent le même combat et AO débute les attaques.                                                  |
| 6 à 8              | Mixtes | Sambon kumite <sup>1</sup><br>Jodan oi-zuki<br>Chudan oi-zuki<br><br>Gauche devant pour débiter<br>(Avec comptes pour les 6 à 8 ans)                                                 |         |                                                                                                                        |
| 9 à 11             |        |                                                                                                                                                                                      |         |                                                                                                                        |
| 12 à 14            | F      |                                                                                                                                                                                      |         |                                                                                                                        |
|                    | G      |                                                                                                                                                                                      |         |                                                                                                                        |
| 15 à 17            | F      |                                                                                                                                                                                      |         |                                                                                                                        |
|                    | G      |                                                                                                                                                                                      |         |                                                                                                                        |
| Orange             |        |                                                                                                                                                                                      |         |                                                                                                                        |
| 6 à 8              | Mixtes | Ippon kumite <sup>1 et 2</sup><br>Jodan oi-zuki<br>Chudan oi-zuki<br><br>Droite et gauche<br>(Avec comptes pour les 6 à 8 ans)                                                       |         |                                                                                                                        |
| 9 à 11             |        |                                                                                                                                                                                      |         |                                                                                                                        |
| 12 à 14            | F      |                                                                                                                                                                                      |         |                                                                                                                        |
|                    | G      |                                                                                                                                                                                      |         |                                                                                                                        |
| 15 à 17            | F      |                                                                                                                                                                                      |         |                                                                                                                        |
|                    | G      |                                                                                                                                                                                      |         |                                                                                                                        |
| Vertes             |        |                                                                                                                                                                                      |         | Les compétiteurs reprennent le combat, jambe droite devant en attaquant avec le côté gauche et AO débute les attaques. |
| 6 à 8              | Mixtes | Ippon kumite <sup>1 et 2</sup><br>Jodan oi-zuki<br>Chudan oi-zuki<br>Chudan mae-geri<br><br>Meilleur côté                                                                            |         |                                                                                                                        |
| 9 à 11             |        |                                                                                                                                                                                      |         |                                                                                                                        |
| 12 à 14            | F      |                                                                                                                                                                                      |         |                                                                                                                        |
|                    | G      |                                                                                                                                                                                      |         |                                                                                                                        |
| 15 à 17            | F      |                                                                                                                                                                                      |         |                                                                                                                        |
|                    | G      |                                                                                                                                                                                      |         |                                                                                                                        |
| Bleues et mauves   |        |                                                                                                                                                                                      |         |                                                                                                                        |
| 6 à 8              | Mixtes | Ippon kumite <sup>1 et 2</sup><br>Jodan oi-zuki<br>Chudan oi-zuki<br>Chudan mae-geri<br>Chudan yoko-geri-kekomi<br><br>Meilleur côté<br>Les deux compétiteurs en position de combat. |         |                                                                                                                        |
| 9 à 11             |        |                                                                                                                                                                                      |         |                                                                                                                        |
| 12 à 14            | F      |                                                                                                                                                                                      |         |                                                                                                                        |
|                    | G      |                                                                                                                                                                                      |         |                                                                                                                        |
| 15 à 17            | F      |                                                                                                                                                                                      |         |                                                                                                                        |
|                    | G      |                                                                                                                                                                                      |         |                                                                                                                        |

<sup>1</sup> Aka débute les attaques.

<sup>2</sup> Les déplacements défensifs sont libres : uke peut reculer, esquiver, glisser, etc.

**TABLEAU 1.6 – Kumite individuel enfants et adolescents (suite)**

| Catégories       |        | Éliminations                                                                                                                                                                                                                    | Finales                                                                                          | Égalité                                                                                                                                                                                                                              |
|------------------|--------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Âges             | sexes  |                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                      |
| Marron et noires |        |                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                      |
| 6 à 8            | Mixtes | Jiyu ippon kumite <sup>1, 2 et 3</sup><br>Jodan oi-zuki<br>Chudan oi-zuki<br>Chudan mae-geri<br><br>Meilleur côté <sup>4</sup><br><br>Contre-attaque au choix avec précision et <b>KIME</b>                                     |                                                                                                  | Les compétiteurs reprennent le combat, jambe droite devant en attaquant avec le côté gauche et AO débute les attaques.                                                                                                               |
| 9 à 11           | F      | Jiyu ippon kumite <sup>1, 2 et 3</sup><br>Jodan oi-zuki<br>Chudan oi-zuki<br>Chudan mae-geri<br>Yoko-geri-kekomi<br>Mawashi-geri<br><br>Meilleur côté <sup>4</sup><br><br>Contre-attaque au choix avec précision et <b>KIME</b> | 4 finalistes<br><br><b>Shiai</b> <sup>2 et 3</sup><br><br>Shobu ippon<br>2 minutes chronométrées | <b>Éliminations :</b><br>Les compétiteurs reprennent le combat en attaquant avec le côté gauche et AO débute les attaques.                                                                                                           |
|                  | G      |                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                  | <b>Finales (2 finalistes) :</b><br>Le combat reprend pour 2 minutes chronométrées (Sai shiai).                                                                                                                                       |
| 12 à 14          | F      |                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                  | Si l'égalité persiste, le combat reprend pour 2 minutes chronométrées (Sakidori ippon) ou jusqu'à ce qu'un compétiteur marque.                                                                                                       |
|                  | G      |                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                      |
| 15 à 17          | F      | Shiai <sup>2 et 3</sup><br><br>Shobu ippon<br>2 minutes chronométrées                                                                                                                                                           |                                                                                                  | <b>Éliminations :</b><br>Les compétiteurs reprennent le combat pour 2 minutes chronométrées (Sakidori ippon) ou jusqu'à ce que l'un d'eux marque.                                                                                    |
|                  | G      |                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                  | <b>Finales (4 finalistes) :</b><br>Le combat reprend pour 2 minutes chronométrées (Sai shiai).<br><br>Si l'égalité persiste, le combat reprend pour 2 minutes chronométrées (Sakidori ippon) ou jusqu'à ce qu'un compétiteur marque. |

<sup>1</sup> Aka débute les attaques.

<sup>2</sup> Les protecteurs buccaux et les gants rouges et bleus sont obligatoires. Le port d'une coquille pour les garçons et d'un protège-buste pour les filles est fortement recommandé.

<sup>3</sup> Toutes les formes de « coaching », c'est-à-dire de soutien verbal ou gestuel visant à conseiller un compétiteur se trouvant dans l'aire de compétition, sont strictement interdites sous peine de disqualification du compétiteur.

<sup>4</sup> Une fois l'attaque annoncée, tori ne peut changer de jambe.

### 1.5 Règlements concernant les contacts enfants et adolescents

Peu importe le type de kumite, les contacts seront sanctionnés selon les règles présentées dans le tableau 1.7 ci-dessous. La sévérité des contacts sera établie par l'arbitre central en concertation avec les juges de coin. Un contact léger signifie que l'épiderme a été effleuré.

**TABLEAU 1.7 – Jugement des contacts**

| Sévérité des contacts | Chudan                                                                                      | Jodan                                                                                      |
|-----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|
| Contact léger         | <ul style="list-style-type: none"><li>• Waza-ari</li><li>• Keikoku</li><li>• Chui</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Keikoku</li><li>• Chui</li><li>• Hansoku</li></ul> |
| Contact moyen         | <ul style="list-style-type: none"><li>• Chui</li><li>• Hansoku</li></ul>                    | <ul style="list-style-type: none"><li>• Hansoku</li></ul>                                  |
| Contact lourd         | <ul style="list-style-type: none"><li>• Hansoku</li></ul>                                   | <ul style="list-style-type: none"><li>• Hansoku</li></ul>                                  |

**Note :** Tout contact entraînant un **saignement**, une **enflure**, une **lacération** ou tout autre **traumatisme** sera puni par hansoku (disqualification),

### **1.6 Types de kumite enfants et adolescents**

#### **1.6.1 Sambon kumite**

##### Blanches et jaunes

Attaques jambe gauche devant

- jodan oi-zuki
- chudan oi-zuki

En cas d'égalité, les compétiteurs reprennent le même combat et AO débute les attaques.

Pour les compétiteurs âgés de 6 à 8 ans, l'arbitre central doit compter.

#### **1.6.2 Ippon kumite**

Les déplacements défensifs sont libres : uke peut reculer, esquiver, glisser, etc.

##### Orange

Attaques des deux côtés (droite et gauche)

- jodan oi-zuki
- chudan oi-zuki

En cas d'égalité, les compétiteurs reprennent le même combat et AO débute les attaques.

Pour les compétiteurs âgés de 6 à 8 ans, l'arbitre central doit compter.

##### Vertes

Attaques du meilleur côté

- jodan oi-zuki
- chudan oi-zuki
- chudan mae-geri

En cas d'égalité, les compétiteurs reprennent le combat, jambe droite devant en attaquant avec le côté gauche et AO débute les attaques.

##### Bleues et mauves

Attaques du meilleur côté, les deux compétiteurs en position de combat

- jodan oi-zuki
- chudan oi-zuki
- chudan mae-geri
- chudan yoko-geri-kekomi

En cas d'égalité, les compétiteurs reprennent le combat, jambe droite devant en attaquant avec le côté gauche et AO débute les attaques.

### 1.6.3 Jiyu ippon kumite

Ce combat s'effectue chez les marron et noires

dans la catégorie suivante :

- 6 à 8 ans mixtes;

et en **rondes éliminatoires** dans les catégories suivantes :

- 9 à 11 ans filles
- 9 à 11 ans garçons
- 12 à 14 ans filles
- 12 à 14 ans garçons

Attaques du meilleur côté

- jodan oi-zuki
- chudan oi-zuki
- chudan mae-geri
- yoko-geri-kekomi (seulement pour les 9 ans et plus)
- mawashi-geri (seulement pour les 9 ans et plus)

Les contre-attaques sont au choix du compétiteur. Toutefois, elles doivent être faites avec précision et **KIME**.

En cas d'égalité, les compétiteurs reprennent le combat, jambe droite devant en attaquant avec le côté gauche et AO débute les attaques.

Les protecteurs buccaux et les gants rouges et bleus sont obligatoires. Le port d'une coquille pour les garçons et d'un protège-buste pour les filles est fortement recommandé.

Les sorties de l'aire de combat résultent en jogai keikoku, jogai chui et jogai hansoku. Trois sorties de l'aire de combat entraînent la disqualification du compétiteur.

Les techniques et comportements ci-dessous sont prohibés en jiyu ippon kumite et résultent en avertissements, soit keikoku, chui ou hansoku – non cumulatifs aux jogai (trois avertissements entraînent la disqualification du compétiteur) :

- Une fois l'attaque annoncée, tori ne peut changer de jambe;
- Tori ne peut faire de feintes ou de bruits pour distraire uke;
- Tori doit attaquer lorsque la distance d'attaque est correcte; il ne peut hésiter ou poursuivre sans attaquer, sous peine d'avertissement;
- Uke ne peut fuir le combat et doit permettre à tori de prendre une distance d'attaque correcte;
- Tori ne peut sauter ou glisser sur ses attaques;
- Tori doit maintenir sa posture une fois son attaque terminée et ne peut se retirer immédiatement hors de la portée de la contre-attaque;
- Tori ne peut bloquer ou esquiver la contre-attaque;
- Aucune saisie par tori ou uke n'est permise.

Note : Pour les contacts, voir le tableau 1.7 (p. 9).

### 1.6.4 Shiai

Ce combat s'effectue chez les marron et noires dans les catégories suivantes :

- 15 à 17 ans filles
- 15 à 17 ans garçons

et en **finales** dans les catégories suivantes :

- 9 à 11 ans filles
- 9 à 11 ans garçons
- 12 à 14 ans filles
- 12 à 14 ans filles

Il s'agit de shobu ippon d'une durée de 2 minutes chronométrées. Le temps est arrêté dès que l'arbitre dit YAME. **Le chronométreur se doit d'être très attentif aux commandes de l'arbitre central.**

En **élimination**, en cas d'égalité après les 2 premières minutes, le match additionnel est de 2 minutes chronométrées selon le principe Sakidori ippon (le premier compétiteur qui marque gagne le match). Si aucun point n'est marqué, les juges doivent obligatoirement voter bleu (AO) ou rouge (AKA) et l'arbitre central doit désigner un vainqueur.

En **finale**, pour les 1<sup>re</sup> et 2<sup>e</sup> places, dans les catégories 9 à 11 et 12 à 14, en cas d'égalité, les compétiteurs reprennent le combat pour 2 minutes chronométrées (Sai shiai) ou jusqu'à ce que l'un d'eux gagne. Si l'égalité persiste, le combat se poursuit pour 2 minutes additionnelles chronométrées, selon la méthode Sakidori ippon (le premier compétiteur qui marque gagne le match). Si aucun point n'est marqué, les juges doivent obligatoirement voter bleu (AO) ou rouge (AKA) et l'arbitre central doit désigner un vainqueur. La même règle s'applique pour les 15 à 17 ans, sauf qu'elle vaut pour les 4 finalistes.

Les protecteurs buccaux et les gants bleus et rouges sont obligatoires. Le port d'une coquille pour les garçons ou d'un protège-buste pour les filles est fortement recommandé. Le port de tout autre équipement de protection est interdit ou doit être approuvé par le médecin et l'arbitre en chef de la compétition.

Les sorties de l'aire de combat résultent en jogai keikoku, jogai chui et jogai hansoku. Trois sorties de l'aire de combat entraînent la disqualification du compétiteur.

Les **cibles** autorisées sont les suivantes : la tête, le cou, la poitrine, l'abdomen et le dos.

Les actions et les techniques suivantes sont **interdites** en shiai et donnent lieu à un avertissement ou à une disqualification :

- Les techniques de mains ouvertes au visage telles que nukite;
- Les attaques aux parties, sur les bras et les jambes, les attaques répétées directement au tibia, les attaques directes aux hanches, à l'articulation des genoux et aux pieds;
- S'agripper sans poursuivre immédiatement, se prendre en corps à corps ou heurter l'adversaire inutilement;
- Les projections dangereuses, foncer avec la tête, coup de bœuf, etc.;
- Tout comportement d'un compétiteur mettant en péril sa propre sécurité (tourner le dos, avancer la tête sans se protéger, etc.);
- Désobéir aux commandements de l'arbitre;
- Toutes attitudes non sportives, telles qu'insultes, provocations ou paroles inutiles;
- Tous les gestes considérés comme malveillants ou ne respectant pas les règles de la compétition.

Note : Pour les contacts, voir le tableau 1.7 (p. 9).



## **2. Catégories et règlements adultes**

### **2.1 Catégories**

Chez les adultes les catégories sont les suivantes :

**TABLEAU 2.1 – Catégories chez les adultes**

| Kata équipe               |        |                  |        |   |
|---------------------------|--------|------------------|--------|---|
| Blanches à mauves         |        | Marron et noires |        |   |
| Âges                      | Sexes  | Âges             | Sexes  |   |
| 18 ans et +               | Mixtes | 18 ans et +      | Mixtes |   |
| Kata individuel et kumite |        |                  |        |   |
| Blanches à vertes         |        | Bleues           |        |   |
| Âges                      | Sexes  | Âges             | Sexes  |   |
| 18 ans et +               | Mixtes | 18 ans et +      | F      | H |
|                           |        | Marron et noires |        |   |
|                           |        | 18 à 44 ans      | F      | H |
|                           |        | 45 ans et +      |        |   |
| Bunkai et enbu            |        |                  |        |   |
|                           |        | Marron et noires |        |   |
|                           |        | Âges             | Sexes  |   |
|                           |        | 18 à 44 ans      | F      | H |
|                           |        | 45 ans et +      |        |   |

Les compétiteurs inscrits dans les catégories kata et kumite individuels marron et noires 45 ans et plus ne peuvent participer dans aucune autre catégorie individuelle (marron ou noires). De plus, **toutes les ceintures noires** inscrites à la compétition doivent absolument **être disponibles pour arbitrer** tout au long de l'événement, à défaut de quoi elles ne pourront pas participer.

### **2.2 Règlements kata équipe adultes**

Les équipes peuvent être composées de compétiteurs de niveaux différents à la condition de respecter les regroupements présentés dans le tableau 2.2 (p. 14). Il est à noter que si une équipe comprend une ceinture noire, elle sera inscrite avec les noires.

**TABLEAU 2.2 – Regroupements acceptés en kata équipe**

| <b>Blanches<br/>et jaunes<br/>(Bl) (J)</b>      | <b>Orange<br/>(O)</b>   | <b>Vertes<br/>(V)</b>   | <b>Bleues<br/>et mauves<br/>(B)</b> | <b>Marron<br/>(M)</b> | <b>Noires<br/>(N)</b>   |
|-------------------------------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------------------|-----------------------|-------------------------|
| Bl-Bl-Bl<br>Bl-Bl-J<br>Bl-J-J<br>J-J-J<br>J-J-O | J-O-O<br>O-O-O<br>O-O-V | O-V-V<br>V-V-V<br>V-V-B | V-B-B<br>B-B-B<br>B-B-M             | B-M-M<br>M-M-M        | M-M-N<br>M-N-N<br>N-N-N |

Pour les ceintures blanches à mauves, les compétiteurs peuvent exécuter le kata de leur grade ou un kata inférieur, selon ce qui est présenté au tableau 2.4 (p. 15). Pour les ceintures marron, seuls les 15 premiers katas sont acceptés. Les ceintures noires peuvent choisir parmi les 26 katas originaux. Voir le tableau 2.3 ci-dessous.

En cas d'égalité, les blanches à mauves peuvent reprendre le même kata, alors que les marron et noires doivent choisir un kata différent. Advenant une deuxième égalité, tous peuvent reprendre leur premier kata. S'il y a une troisième égalité, la note la plus haute est retenue et, si l'égalité persiste, la note la plus basse est ajoutée.

**TABLEAU 2.3 – Classification des katas**

| <b>Shitei katas</b>                                                        | <b>Sentei katas</b>                     | <b>15 premiers katas</b>                                                                                                  |                                                                         | <b>Autres katas</b>                                      |                                                                     |
|----------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|
| Heian nidan<br>Heian sandan<br>Heian yondan<br>Heian godan<br>Tekki shodan | Bassai Dai<br>Kanku Dai<br>Jion<br>Empi | Heian shodan<br>Heian nidan<br>Heian sandan<br>Heian yondan<br>Heian godan<br>Tekki shodan<br>Tekki nidan<br>Tekki sandan | Bassai Dai<br>Kanku Dai<br>Jion<br>Empi<br>Jitte<br>Gankaku<br>Hangetsu | Bassai Sho<br>Kanku Sho<br>Chinte<br>Nijushiho<br>Sochin | Unsu<br>Gojushiho Sho<br>Gojushiho Dai<br>Meikyo<br>Ji'in<br>Wankan |

**TABLEAU 2.4 – Kata équipe adultes**

| Catégories                                                                        | Kata                                        |                                             | Égalité <sup>1</sup>                                                         |
|-----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|---------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Blanches et jaunes mixtes</b><br>(BI-BI-BI / BI-BI-J / BI-J-J / J-J-J / J-J-O) | Heian shodan<br>Heian nidan                 |                                             | Les équipes peuvent reprendre le même kata.                                  |
| <b>Orange mixtes</b><br>(J-O-O / O-O-O / O-O-V)                                   | Heian shodan<br>Heian nidan                 | Heian sandan                                |                                                                              |
| <b>Vertes mixtes</b><br>(O-V-V / V-V-V / V-V-B)                                   | Heian shodan<br>Heian nidan                 | Heian sandan<br>Heian yondan                |                                                                              |
| <b>Bleues et mauves mixtes</b><br>(V-B-B / B-B-B / B-B-M)                         | Heian shodan<br>Heian nidan<br>Heian sandan | Heian yondan<br>Heian godan<br>Tekki shodan |                                                                              |
| <b>Marron mixtes</b><br>(B-M-M / M-M-M)                                           | Au choix parmi les 15 premiers katas        |                                             | Lors d'une première égalité, les équipes doivent exécuter un kata différent. |
| <b>Noires mixtes</b><br>(M-M-N / M-N-N / N-N-N)                                   | Au choix parmi les 26 katas originaux       |                                             |                                                                              |

<sup>1</sup> Advenant une deuxième égalité, tous peuvent reprendre leur premier kata. S'il y a une troisième égalité, la note la plus haute est retenue et si l'égalité persiste, la note la plus basse est ajoutée.

### 2.3 Règlements kata individuel adultes

En **élimination**, c'est-à-dire aux drapeaux, pour les ceintures blanches à mauves, les katas sont imposés et correspondent au kata du grade précédent, selon ce qui est présenté au tableau 2.5 (p. 17). Dans les catégories marron et marron et noires 45 ans et plus, les éliminations se font avec les shitei katas, tandis que pour les noires, les premières rondes se font avec les shitei katas et la dernière ronde avec les sentei katas (tableau 2.3, p. 14). S'il y a 8 compétiteurs ou moins dans une catégorie, ceux-ci passent directement en finale au pointage.

En **finale**, c'est-à-dire au pointage, les blanches à mauves ont le choix de faire leur tokui kata ou un kata inférieur. Les marron peuvent choisir parmi les 15 premiers katas, tandis que les marron et noires de 45 ans et plus ainsi que les noires peuvent choisir parmi les 26 katas originaux.

En cas d'**égalité**, les blanches à mauves peuvent reprendre le même kata, alors que les marron et noires doivent choisir un kata différent. Advenant une deuxième égalité, tous peuvent reprendre leur premier kata. S'il y a une troisième égalité, la note la plus haute est retenue et, si l'égalité persiste, la note la plus basse est ajoutée.

**TABLEAU 2.5 – Kata individuel adultes**

| Catégories                            |   | Éliminations <sup>1</sup><br>Aux drapeaux | Finales<br>Au pointage                                                                     | Égalité <sup>2</sup>                                                              |
|---------------------------------------|---|-------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|
| Blanches et jaunes mixtes             |   | Heian shodan                              | Heian shodan<br>Heian nidan                                                                | Les compétiteurs peuvent reprendre le même kata.                                  |
| Orange mixtes                         |   | Heian nidan                               | Heian shodan<br>Heian nidan<br>Heian sandan                                                |                                                                                   |
| Vertes mixtes                         |   | Heian sandan                              | Heian shodan<br>Heian nidan<br>Heian sandan<br>Heian yondan                                |                                                                                   |
| Bleues et mauves                      | F | Heian yondan                              | Heian shodan<br>Heian nidan<br>Heian sandan<br>Heian yondan<br>Heian godan<br>Tekki shodan |                                                                                   |
|                                       | H |                                           |                                                                                            |                                                                                   |
| Marron                                | F | Shitei katas                              | Kata au choix parmi les 15 premiers katas                                                  | Lors d'une première égalité, les compétiteurs doivent exécuter un kata différent. |
|                                       | H |                                           |                                                                                            |                                                                                   |
| Marron et noires 45 et + <sup>3</sup> | F | Shitei katas                              | Kata au choix parmi les 26 katas originaux                                                 |                                                                                   |
|                                       | H |                                           |                                                                                            |                                                                                   |
| Noires                                | F | Premières rondes<br>Shitei katas          | Kata au choix parmi les 26 katas originaux                                                 |                                                                                   |
|                                       | H | Dernière ronde<br>Sentei katas            |                                                                                            |                                                                                   |

<sup>1</sup> S'il y a 8 compétiteurs ou moins dans une catégorie, ceux-ci passent directement en finale au pointage.

<sup>2</sup> Advenant une deuxième égalité, tous peuvent reprendre leur premier kata. S'il y a une troisième égalité, la note la plus haute est retenue et si l'égalité persiste, la note la plus basse est ajoutée.

<sup>3</sup> Les marron et noires 45 ans et plus ne peuvent participer dans les autres catégories en individuel.

### 2.4 Règlements kumite individuel adultes

Pour les combats de type sambon, ippon ou jiyu ippon, le côté rouge (AKA) débute les attaques. Une fois les attaques complétées par le côté rouge, le côté bleu (AO) effectue les attaques. En cas d'égalité, le combat reprend et AO débute les attaques. Les détails concernant les catégories et les règlements de ces épreuves sont résumés dans le tableau 2.6 (p. 19).

Les attaques doivent être nommées à voix haute et de façon claire avant d'être effectuées. L'attaquant (tori) doit attendre le signal de l'arbitre central avant d'exécuter sa série d'attaques. Les **feintes** de toutes sortes (mouvements, bruits, hésitations, etc.) sont **interdites**.

Le **port de lunettes** de toutes sortes est **interdit**; seules les lentilles cornéennes sont permises. De plus, tous les **bijoux**, c'est-à-dire boucles d'oreilles, bagues, colliers, bracelets (même médicaux), etc. sont **interdits** et doivent être **enlevés**. **Aucun perçage** (body piercing) **même recouvert d'un ruban ne sera toléré**. Pour les cheveux, seuls les élastiques sont permis; tous les autres accessoires sont interdits.

Les bracelets médicaux doivent être remis à l'arbitre central de l'aire de compétition pour la durée de l'épreuve.

Le port du hijab est permis, à la condition de ne pas constituer un danger.

Les protecteurs buccaux et les gants rouges et bleus sont obligatoires en jiyu ippon kumite et en shiai. Les compétiteurs portant des broches doivent s'assurer que leur protecteur buccal les recouvre entièrement (dentition supérieure et inférieure si nécessaire). Le port d'une coquille pour les hommes ou d'un protège-buste pour les femmes est fortement recommandé.

**Toutes les formes de « coaching »**, c'est-à-dire soutien verbal ou gestuel visant à conseiller un compétiteur se trouvant dans l'aire de compétition, sont **strictement interdites** sous peine de **disqualification du compétiteur**.

**TABLEAU 2.6 – Kumite individuel adultes**

| Catégories                            |   | Éliminations                                                                                                                                                                                | Finales                                                                                   | Égalité                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|---------------------------------------|---|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Blanches et jaunes mixtes             |   | Sambon kumite <sup>1</sup><br>Jodan oi-zuki<br>Chudan oi-zuki<br><br>Gauche devant pour débiter                                                                                             |                                                                                           | Les compétiteurs reprennent le même combat et AO débute les attaques.                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Orange mixtes                         |   | Ippon kumite <sup>1 et 2</sup><br>Jodan oi-zuki<br>Chudan oi-zuki<br><br>Droite et gauche                                                                                                   |                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Vertes mixtes                         |   | Ippon kumite <sup>1 et 2</sup><br>Jodan oi-zuki<br>Chudan oi-zuki<br>Chudan mae-geri<br><br>Meilleur côté                                                                                   |                                                                                           | Les compétiteurs reprennent le combat, jambe droite devant en attaquant avec le côté gauche et AO débute les attaques.                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Bleues et mauves                      | F | Jiyu ippon kumite <sup>1, 3 et 4</sup><br>Jodan oi-zuki<br>Chudan oi-zuki<br>Chudan mae-geri<br><br>Meilleur côté <sup>5</sup><br><br>Contre-attaque au choix avec précision et <b>KIME</b> | 4 finalistes<br><br>Shiai <sup>3 et 4</sup><br><br>Shobu ippon<br>2 minutes chronométrées | <u>Éliminations</u> :<br>Les compétiteurs reprennent le combat en attaquant avec le côté gauche et AO débute les attaques.<br><br><u>Finales (2 finalistes)</u> :<br>Le combat reprend pour 2 minutes chronométrées (Sai shiai).<br><br>Si l'égalité persiste, le combat reprend pour 2 minutes chronométrées (Sakidori ippon) ou jusqu'à ce qu'un compétiteur marque. |
|                                       | H |                                                                                                                                                                                             |                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Marron                                | F | Shiai <sup>3 et 4</sup><br><br>Shobu ippon<br>2 minutes chronométrées                                                                                                                       |                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|                                       | H |                                                                                                                                                                                             |                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Marron et noires 45 et + <sup>6</sup> | F |                                                                                                                                                                                             |                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|                                       | H |                                                                                                                                                                                             |                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Noires                                | F |                                                                                                                                                                                             |                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|                                       | H |                                                                                                                                                                                             |                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |

<sup>1</sup> Aka débute les attaques.

<sup>2</sup> Les déplacements défensifs sont libres : uke peut reculer, esquiver, glisser, etc.

<sup>3</sup> Les protecteurs buccaux et les gants rouges et bleus sont obligatoires. Le port d'une coquille pour les hommes et d'un protège-buste pour les femmes est fortement recommandé.

<sup>4</sup> Toutes les formes de « coaching », c'est-à-dire de soutien verbal ou gestuel visant à conseiller un compétiteur se trouvant dans l'aire de compétition, sont strictement interdites sous peine de disqualification du compétiteur.

<sup>5</sup> Une fois l'attaque annoncée, tori ne peut changer de jambe.

<sup>6</sup> Les marron et noires 45 ans et plus ne peuvent participer dans les autres catégories en individuel.

### **2.5 Règlements concernant les contacts adultes**

Peu importe le type de kumite, les contacts seront sanctionnés selon les règles présentées dans le tableau 2.7 ci-dessous. La sévérité des contacts sera établie par l'arbitre central en concertation avec ses juges de coin. Un contact léger signifie que l'épiderme a été effleuré.

**TABLEAU 2.7 – Jugement des contacts**

| <b>Sévérité des contacts</b> | <b>Chudan</b>                                                            | <b>Jodan</b>                                                                                 |
|------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Contact léger</b>         | <ul style="list-style-type: none"><li>• Waza-ari</li></ul>               | <ul style="list-style-type: none"><li>• Ippon</li><li>• Waza-ari</li><li>• Keikoku</li></ul> |
| <b>Contact moyen</b>         | <ul style="list-style-type: none"><li>• Chui</li><li>• Hansoku</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Hansoku</li></ul>                                    |
| <b>Contact lourd</b>         | <ul style="list-style-type: none"><li>• Hansoku</li></ul>                | <ul style="list-style-type: none"><li>• Hansoku</li></ul>                                    |

**Note :** Tout contact entraînant un **saignement**, une **enflure**, une **lacération** ou tout autre **traumatisme** sera puni par hansoku (disqualification).



## **2.6 Types de kumite adultes**

### **2.6.1 Sambon kumite**

#### Blanches et jaunes mixtes

Attaques jambe gauche devant

- jodan oi-zuki
- chudan oi-zuki

En cas d'égalité, les compétiteurs reprennent le même combat et AO débute les attaques.

### **2.6.2 Ippon kumite**

Les déplacements défensifs sont libres, uke peut reculer, esquiver, glisser, etc.

#### Orange mixtes

Attaques des deux côtés (droite et gauche)

- jodan oi-zuki
- chudan oi-zuki

En cas d'égalité, les compétiteurs reprennent le même combat et AO débute les attaques.

#### Vertes mixtes

Attaques du meilleur côté

- jodan oi-zuki
- chudan oi-zuki
- chudan mae-geri

En cas d'égalité, les compétiteurs reprennent le combat, jambe droite devant en attaquant avec le côté gauche et AO débute les attaques.

### **2.6.3 Jiyu ippon kumite**

#### Bleues et mauves (non mixtes)

Le jiyu ippon kumite est réalisé en rondes éliminatoires seulement et les quatre compétiteurs qui atteignent la finale doivent faire du shiai.

Attaques du meilleur côté

- jodan oi-zuki
- chudan oi-zuki
- chudan mae-geri

Les contre-attaques sont au choix du compétiteur. Toutefois, elles doivent être faites avec précision et **KIME**.

En cas d'égalité, les compétiteurs reprennent le combat, jambe droite devant en attaquant avec le côté gauche et AO débute les attaques.

Les protecteurs buccaux et les gants rouges et bleus sont obligatoires. Le port d'une coquille pour les hommes et d'un protège-buste pour les femmes est fortement recommandé.

Les sorties de l'aire de combat résultent en jogai keikoku, jogai chui et jogai hansoku. Trois sorties de l'aire de combat entraînent la disqualification du compétiteur.

Les techniques et comportements ci-dessous sont prohibés en jiyu ippon kumite et résultent en avertissements, soit keikoku, chui ou hansoku – non cumulatifs aux jogai (trois avertissements entraînent la disqualification du compétiteur) :

- Une fois l'attaque annoncée, tori ne peut changer de jambe;
- Tori ne peut faire de feintes ou de bruits pour distraire uke;
- Tori doit attaquer lorsque la distance d'attaque est correcte; il ne peut hésiter ou poursuivre sans attaquer, sous peine d'avertissement;
- Uke ne peut fuir le combat et doit permettre à tori de prendre une distance d'attaque correcte;
- Tori ne peut sauter ou glisser sur ses attaques;
- Tori doit maintenir sa posture une fois son attaque terminée et ne peut se retirer immédiatement hors de la portée de la contre-attaque;
- Tori ne peut bloquer ou esquiver la contre-attaque;
- Aucune saisie par tori ou uke n'est permise.

Note : Pour les contacts, voir le tableau 2.7 (p. 20).

### 2.6.4 Shiai

Chez les ceintures bleues et mauves, hommes et femmes, les éliminations se font en jiyu ippon kumite et seuls les quatre finalistes font du shiai. Dans les catégories marron, marron et noires 45 ans et plus et noires, autant chez les hommes que chez les femmes, tous les compétiteurs font du shiai.

Il s'agit de shobu ippon d'une durée de 2 minutes chronométrées. Le temps est arrêté dès que l'arbitre dit YAME. **Le chronométreur se doit d'être très attentif aux commandes de l'arbitre central.**

En **élimination**, en cas d'égalité après les 2 premières minutes, le match additionnel est de 2 minutes chronométrées selon le principe Sakidori ippon (le premier compétiteur qui marque gagne le match). Si aucun point n'est marqué, les juges doivent obligatoirement voter bleu (AO) ou rouge (AKA) et l'arbitre central doit désigner un vainqueur.

En **finale**, pour les 1<sup>re</sup> et 2<sup>e</sup> places, dans la catégorie des ceintures bleues et mauves, en cas d'égalité, les compétiteurs reprennent pour 2 minutes chronométrées (Sai shiai) ou jusqu'à ce que l'un d'eux gagne. Si l'égalité persiste, le combat se poursuit pour 2 minutes additionnelles chronométrées selon la méthode Sakidori ippon (le premier compétiteur qui marque gagne le match). Si aucun point n'est marqué, les juges doivent obligatoirement voter bleu (AO) ou rouge (AKA) et l'arbitre central doit désigner un vainqueur. La même règle s'applique dans les catégories marron, marron et noires 45 ans et plus, et noires 18 à 44 ans, sauf qu'elle vaut pour les 4 finalistes.

Les protecteurs buccaux et les gants bleus et rouges sont obligatoires. Le port d'une coquille pour les garçons ou d'un protège-buste pour les filles est fortement recommandé. Le port de tout autre équipement de protection est interdit ou doit être approuvé par le médecin et l'arbitre en chef de la compétition.

Les sorties de l'aire de combat résultent en jogai keikoku, jogai chui et jogai hansoku. Trois sorties de l'aire de combat entraînent la disqualification du compétiteur.

Les **cibles** autorisées sont les suivantes : la tête, le cou, la poitrine, l'abdomen et le dos.

Les actions et les techniques suivantes sont **interdites** en shiai et donnent lieu à un avertissement ou à une disqualification :

- Les techniques de mains ouvertes au visage telles que nukite;
- Les attaques aux parties, sur les bras et les jambes, les attaques répétées directement au tibia, les attaques directes aux hanches, à l'articulation des genoux et aux pieds;
- S'agripper sans poursuivre immédiatement, se prendre en corps à corps ou heurter l'adversaire inutilement;
- Les projections dangereuses, foncer avec la tête, coup de bœuf, etc.;
- Tout comportement d'un compétiteur mettant en péril sa propre sécurité (tourner le dos, avancer la tête sans se protéger, etc.);
- Désobéir aux commandements de l'arbitre;
- Toutes attitudes non sportives, telles qu'insultes, provocations ou paroles inutiles;
- Tous les gestes considérés comme malveillants ou ne respectant pas les règles de la compétition;

Note : Pour les contacts, voir le tableau 2.7 (p. 20).

### **3. Catégories et règlements kata équipe BUNKAI et ENBU**

#### **3.1 Catégories**

Les catégories d'âges en kata équipe bunkai et enbu sont les suivantes :

**TABLEAU 3.1 – Catégories en kata équipe bunkai et enbu**

| <b>Bunkai et enbu</b>                              |              |   |                                     |              |   |
|----------------------------------------------------|--------------|---|-------------------------------------|--------------|---|
| <b>Enfants et adolescents<br/>Marron et noires</b> |              |   | <b>Adultes<br/>Marron et noires</b> |              |   |
| <b>Âges</b>                                        | <b>Sexes</b> |   | <b>Âges</b>                         | <b>Sexes</b> |   |
| 8 à 13 ans                                         | F            | G | 18 à 44                             | F            | H |
| 14 à 17 ans                                        |              |   | 45 ans et +                         |              |   |

Un maximum de huit équipes est permis par dojo pour chacune des épreuves bunkai et enbu, soit deux chez les 8 à 13 ans, deux chez les 14 à 17 ans, deux chez les 18 à 44 ans et deux chez les 45 ans et plus.

Les ceintures marron et noires sont regroupées dans la même catégorie.

Chez les jeunes, il n'y aura pas de regroupements de catégories d'âges advenant le cas où une seule équipe serait inscrite dans une des catégories.

#### **3.2 Règlements kata équipe BUNKAI**

L'équipe peut choisir parmi les 26 katas originaux. Le BUNKAI doit respecter l'application traditionnelle des techniques, c'est-à-dire que les mouvements doivent être exécutés de façon fluide en respectant l'ordre des séquences et le rythme du kata. Cependant, la ligne de mouvement (embusen) peut être légèrement modifiée pour une meilleure exécution. Les positions libres entre les mouvements ne sont pas autorisées par la personne qui exécute le kata.

Chaque mouvement du kata doit être exécuté en respectant la bonne position. De légères modifications techniques sont acceptables pour une bonne exécution. La même personne doit se défendre contre deux adversaires tout au long du kata. Les membres de l'équipe sont libres d'utiliser leurs propres chorégraphie et interprétation du kata. Cependant, ils doivent démontrer, autant à l'attaque qu'à la défense, les éléments essentiels d'une technique de karaté, soit l'application correcte de la puissance, la vitesse d'exécution, le principe de contraction et d'expansion du corps (KIME), le ki, l'efficacité, la précision et l'esprit du BUDO.

Le BUNKAI est jugé selon l'efficacité et la précision de chaque technique. Il doit être exécuté en vitesse et en puissance dans un temps maximum de 5 minutes. L'arbitrage se fait au pointage. En cas d'égalité, l'équipe peut refaire le même kata.

Les armes suivantes peuvent être utilisées : couteau en caoutchouc ou en plastique, bâton en caoutchouc, bâton/matraque en bois recouvert d'un « foam », bo en bois ou shinai en lattes de bambou. Les armes, s'il y a lieu, devront être déposées à un endroit sécuritaire afin d'éviter des blessures.

Les balayages et les projections sont autorisés. Cependant, ils doivent être exécutés de façon contrôlée pour éviter les blessures. Chaque équipe a la responsabilité de ne pas utiliser de techniques dangereuses (ex. attaque directe aux yeux, balayage non contrôlé au genou, etc.). De plus, il faut éviter les mises en situation comiques ou dramatiques, et les performances théâtrales.

### **3.3 Règlements équipe ENBU**

Chaque membre de l'équipe doit, à tour de rôle, se défendre contre deux adversaires. Le défenseur peut esquiver les attaques, mais doit terminer avec un coup définitif (todome waza) avant de confronter l'autre attaquant.

La rotation lors du changement de défenseur doit se faire dans le sens des aiguilles d'une montre (sens horaire). Les membres de l'équipe sont libres d'utiliser leurs propres chorégraphie et imagination. Cependant, ils doivent démontrer, autant à l'attaque qu'à la défense, les éléments essentiels d'une technique de karaté, soit l'application correcte de la puissance, la vitesse d'exécution, le principe de contraction et d'expansion du corps (KIME), le ki, l'efficacité, la précision et l'esprit du BUDO.

L'ENBU est jugé selon l'efficacité et la précision de chaque technique, l'innovation, la recherche, le degré de difficulté et le dynamisme. L'équipe sera également évaluée sur le synchronisme des déplacements lors des changements de défenseur. L'ENBU doit être exécuté dans un temps maximum de 5 minutes. Il doit être exécuté en vitesse et en puissance. L'arbitrage se fait au pointage. En cas d'égalité, l'équipe peut refaire le même ENBU.

Les armes suivantes peuvent être utilisées : couteau en caoutchouc ou en plastique, bâton en caoutchouc, bâton/matraque en bois recouvert d'un « foam », bo en bois ou shinai en lattes de bambou. Les armes, s'il y a lieu, devront être déposées à un endroit sécuritaire afin d'éviter des blessures.

Les balayages et les projections sont autorisés. Cependant, ils doivent être exécutés de façon contrôlée pour éviter les blessures. Chaque équipe a la responsabilité de ne pas utiliser de techniques dangereuses (ex. attaque directe aux yeux, balayage non contrôlé au genou, etc.). De plus, il faut éviter les mises en situation comiques ou dramatiques, et les performances théâtrales.

## **Annexes**

**Lexique d'arbitrage**

**Table des décisions**

**Dimensions de l'aire de compétition**

**Signaux d'arbitrage**

**Tableau de repêchage**

## Lexique d'arbitrage

|                                                            |                                                                                                                           |
|------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>Aiuchi</i>                                              | Techniques simultanées                                                                                                    |
| <i>Aka</i>                                                 | Côté rouge                                                                                                                |
| <i>Aka (Ao) hansoku,</i><br><i>Ao (Aka) no kachi</i>       | Disqualification du côté rouge (bleu),<br>victoire du côté bleu (rouge)                                                   |
| <i>Aka (Ao) kiken ni yori,</i><br><i>Ao (Aka) no kachi</i> | Abandon du côté rouge (bleu),<br>victoire du bleu (rouge)                                                                 |
| <i>Ao</i>                                                  | Côté bleu                                                                                                                 |
| <i>Atoshibaraku</i>                                        | Trente secondes avant la fin du combat                                                                                    |
| <i>Attate iru</i>                                          | Contact                                                                                                                   |
| <i>Awasete ippon</i>                                       | Deux waza-ari font un ippon                                                                                               |
| <i>Awase waza</i>                                          | Deux techniques simultanées (2 waza-ari)                                                                                  |
| <i>Chui</i>                                                | Avertissement                                                                                                             |
| <i>Fukushin</i>                                            | Juge                                                                                                                      |
| <i>Fukushin shugo</i>                                      | Appel des juges                                                                                                           |
| <i>Fusensho</i>                                            | Ne se présente pas                                                                                                        |
| <i>Hajime</i>                                              | Commencez                                                                                                                 |
| <i>Hansoku</i>                                             | Disqualification                                                                                                          |
| <i>Hansoku chui</i>                                        | Avertissement (deux hansoku chui font hansoku)                                                                            |
| <i>Hantei</i>                                              | Décision (long coup de sifflet suivi d'un petit coup pour faire<br>lever les drapeaux, petit coup pour les faire baisser) |
| <i>Hayai</i>                                               | Technique plus rapide                                                                                                     |
| <i>Hikiwake</i>                                            | Match nul                                                                                                                 |
| <i>Ippon</i>                                               | Un point, technique parfaite                                                                                              |
| <i>Jikan</i>                                               | Arrêt du temps                                                                                                            |
| <i>Jogai chui</i>                                          | Sortie de l'aire – 2 <sup>e</sup> avertissement                                                                           |
| <i>Jogai hansoku</i>                                       | Sortie de l'aire – Disqualification                                                                                       |
| <i>Jogai keikoku</i>                                       | Sortie de l'aire – 1 <sup>er</sup> avertissement                                                                          |
| <i>Kansa</i>                                               | Assesseur                                                                                                                 |
| <i>Keikoku</i>                                             | Avertissement                                                                                                             |
| <i>Kiken ni yori</i>                                       | Abandon du combattant                                                                                                     |
| <i>Maai ga toi</i>                                         | Manque de distance                                                                                                        |
| <i>Mienai</i>                                              | Rien vu                                                                                                                   |
| <i>Moto no ichi</i>                                        | Retournez à la position de départ                                                                                         |
| <i>Mubobi</i>                                              | Ne se défend pas                                                                                                          |
| <i>Nakae</i>                                               | Directive de prendre position dans l'aire de compétition                                                                  |
| <i>Nukete iru</i>                                          | Technique hors cible                                                                                                      |
| <i>Sai shiai hajime</i>                                    | Prolongation : nouveau combat (finalistes seulement)                                                                      |
| <i>Sakidori ippon hajime</i>                               | Prolongation : premier waza-ari marqué gagne                                                                              |
| <i>Shikaku</i>                                             | Disqualification sévère                                                                                                   |
| <i>Shobu ippon hajime</i>                                  | Commencez le combat                                                                                                       |
| <i>Shushin</i>                                             | Arbitre                                                                                                                   |
| <i>Soremade</i>                                            | Fin du combat                                                                                                             |
| <i>Taiming ga osoi</i>                                     | Manque de timing                                                                                                          |
| <i>Torimasen</i>                                           | Pas de point                                                                                                              |
| <i>Tsuzukete</i>                                           | Continuez                                                                                                                 |
| <i>Tsuzukete hajime</i>                                    | Reprenez le combat                                                                                                        |
| <i>Ukete iru</i>                                           | Technique bloquée                                                                                                         |
| <i>Waza-ari</i>                                            | Demi-point                                                                                                                |
| <i>Yame</i>                                                | Arrêtez                                                                                                                   |
| <i>Yowai</i>                                               | Technique faible                                                                                                          |

N.B. Les termes en italiques sont les premiers à apprendre.

## Table des décisions

|               |                                                                            |
|---------------|----------------------------------------------------------------------------|
| ■ ■ ■ ■       | Victoire – AO                                                              |
| ■ ■ ■ ■       |                                                                            |
| ■ ■ ■ ■■      |                                                                            |
| ■ ■ ■■ ■■     | Victoire – AO ou match nul selon la décision de l'arbitre central          |
| ■ ■ ■ ■■      |                                                                            |
| ■ ■ ■ ■       | Victoire – AKA                                                             |
| ■ ■ ■ ■       |                                                                            |
| ■ ■ ■ ■■      |                                                                            |
| ■ ■ ■■ ■■     | Victoire – AKA ou match nul selon la décision de l'arbitre central         |
| ■ ■ ■ ■■      |                                                                            |
| ■ ■ ■■ ■■     | Match nul                                                                  |
| ■ ■■ ■■ ■■ ■■ |                                                                            |
| ■ ■■ ■■ ■■ ■■ |                                                                            |
| ■ ■■ ■■ ■■ ■■ |                                                                            |
| ■ ■■ ■■ ■■ ■■ | Match nul ou victoire d'AKA ou d'AO selon la décision de l'arbitre central |
| ■ ■■ ■■ ■■ ■■ |                                                                            |

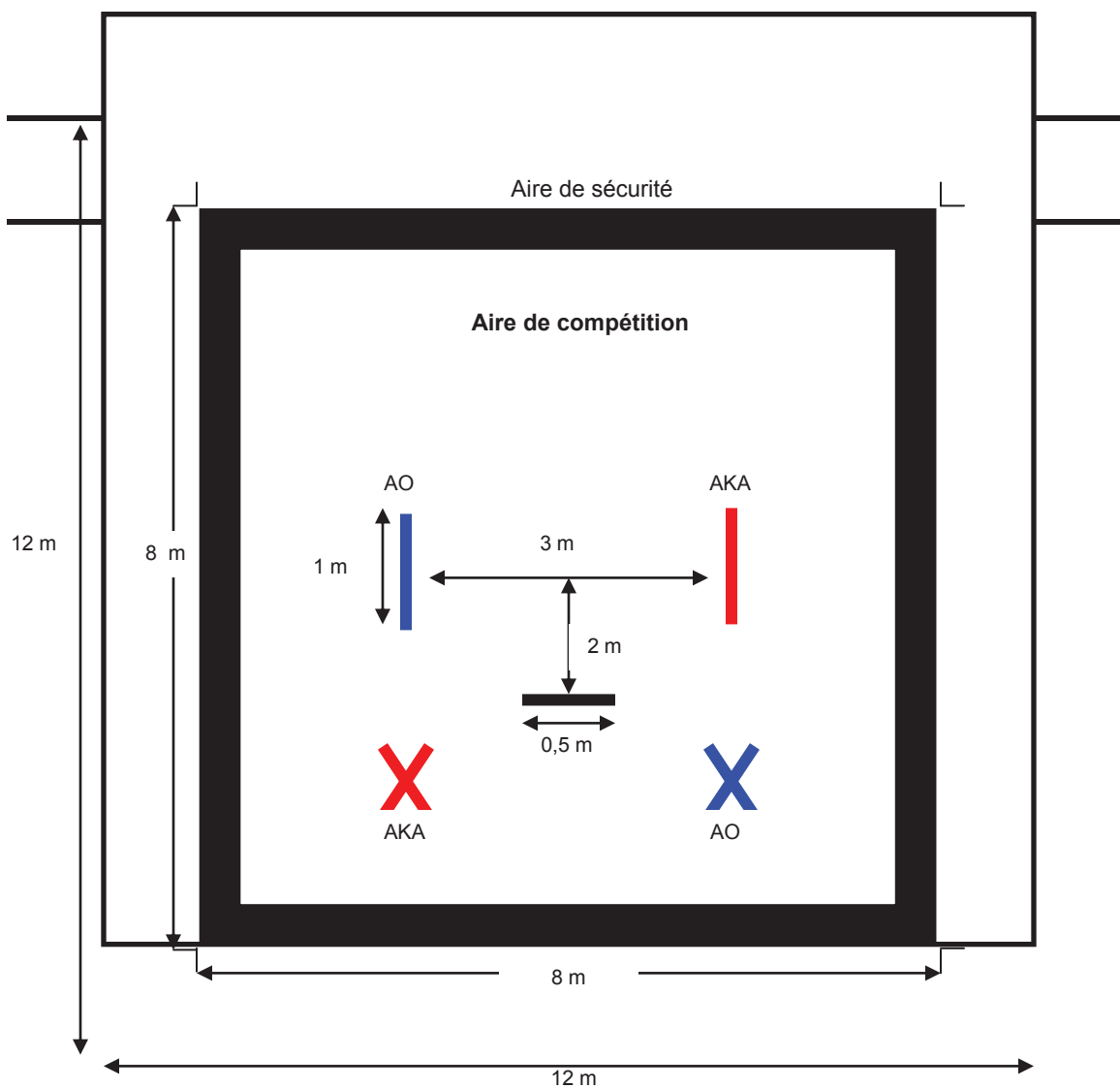
Note : Dans chaque décision prise par les quatre juges de coin, les marques ■, ■ et ■■ indiquent respectivement AO (bleu), AKA (rouge) et HIKIWAKE (match nul).



## Dimensions de l'aire de compétition

(Schéma non à l'échelle)

Table de l'annonceur

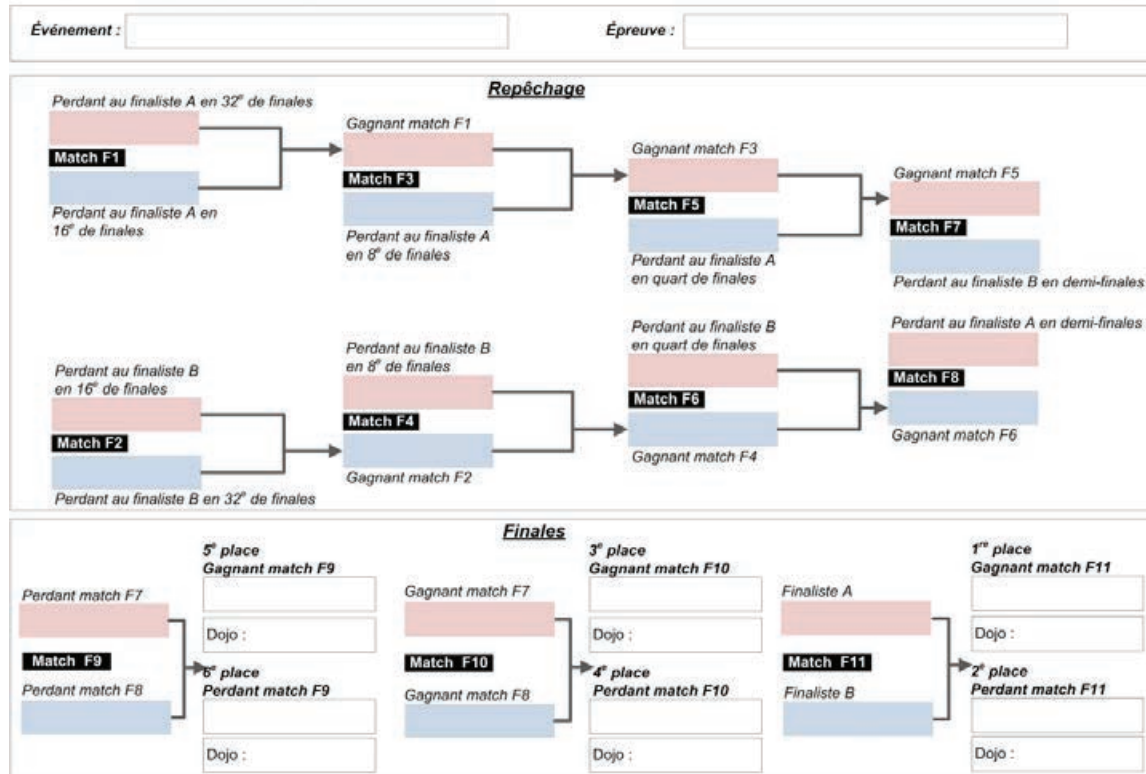


Les rubans délimitant l'aire de compétition font partie de l'aire et la bordure extérieure du ruban constitue la limite du 8 mètres. La largeur du ruban n'a aucune incidence sur les dimensions de l'aire de compétition, car la limite extérieure est toujours la même. Toutefois, plus le ruban sera large, plus ce sera facile pour le compétiteur de repérer la limite de l'aire. En tout temps, une sortie de l'aire sera signifiée aussitôt que le pied du compétiteur dépasse la bordure extérieure du ruban.

## Tableau de repêchage

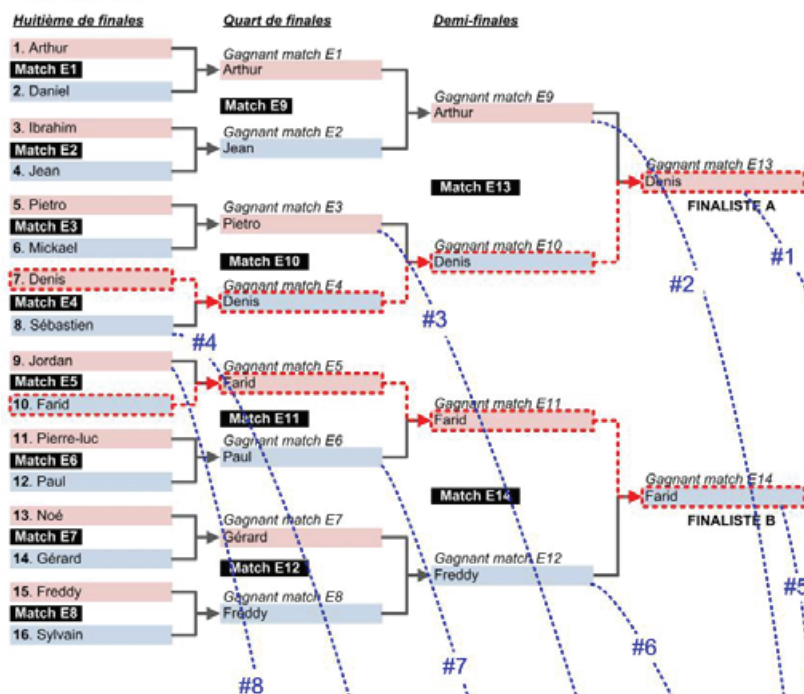
### Finales (simple repêchage, épreuves de 4 à 64 participants)

Notes : Ne conduire la finale pour les 5<sup>e</sup> et 6<sup>e</sup> places que si l'épreuve comprend au moins 8 participants et si ces places doivent être décernées.  
Conduire les matches dans l'ordre indiqué.  
Voir au verso pour explications supplémentaires.



## Préparation du tableau des finales : exemple avec 16 participants

### Éliminatoires



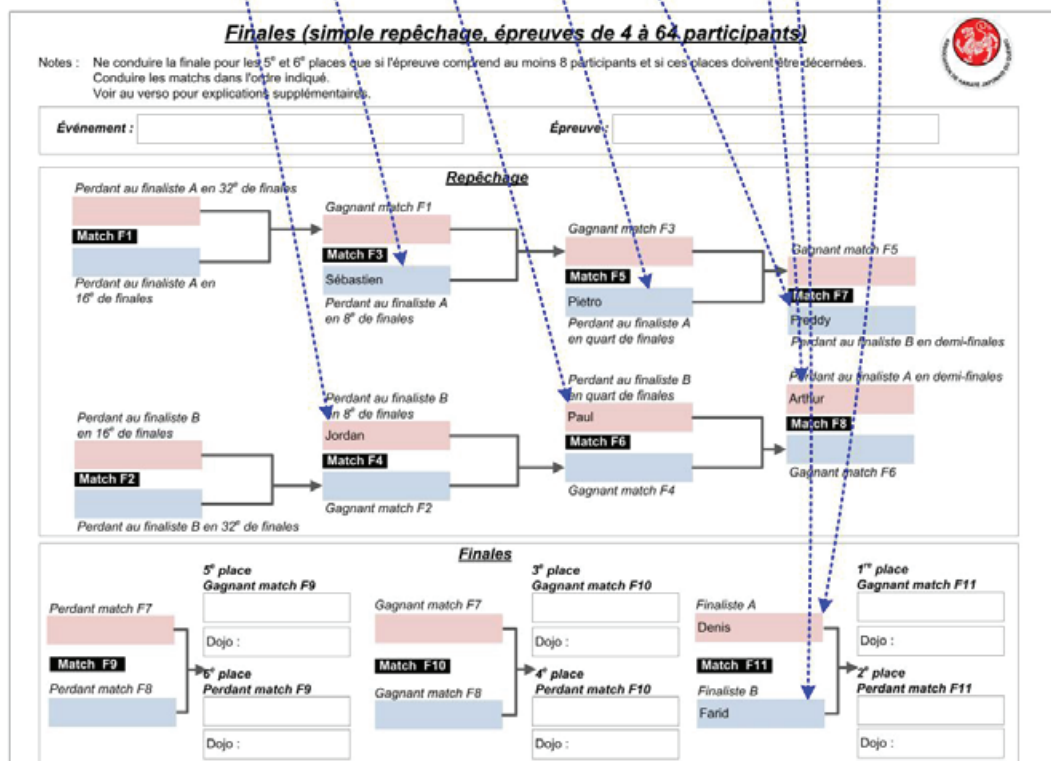
Identifier les chemins parcourus par les deux finalistes lors des éliminatoires (**pointillés rouges**). Ces chemins identifient tous les participants ayant perdu aux mains des finalistes. Ceux-ci sont repêchés.

Reporter ces participants dans le tableau des finales, en parcourant chaque chemin de gauche à droite et de haut en bas (**pointillés bleus numérotés de 1 à 8**).

Si le tableau n'est pas complet, les participants repêchés qui se retrouvent seuls dans un match le gagnent par défaut.

Attention aux perdants A et B en demi-finales, qui sont inversés dans le tableau des finales.

Les « Bye » comptent comme des participants.



## Signaux d'arbitrage

### Signaux de l'arbitre central



**Shobu ippou hajime**  
Match à un point -  
Commencez



**Yame**  
Arrêtez



**Motonoichi**  
Retournez à la  
position de départ



**Tsuzukete hajime**  
Reprenez le combat



**Wazaari**  
Demi-point



**Ippon**  
Un point, technique parfaite



**Torimasen**  
Pas de point



**Hayai**  
Technique  
plus rapide



**Aluchi**  
Techniques  
simultanées



**Maai ga toi**  
Manque de distance



**Ukete Iru**  
Technique bloquée



**Yowai**  
Technique faible



**Nukete Iru**  
Technique hors cible



**Jogai kaikoku**  
Sortie de l'aire - 1<sup>er</sup> avertissement



**Jogai chui**  
Sortie de l'aire - 2<sup>e</sup> avertissement





## Signaux de l'arbitre central



## Signaux des juges de coin

