

Règlement des Grades 2023





SOUS COMMISSION DES GRADES KENDO ET D.R.

RECUEIL DES REGLEMENTS DES GRADES DAN

*KENDO
IAÏDO
JODO
NAGINATA
CHANBARA*

REGLEMENT INTERIEUR DE LA SOUS COMMISSION DES GRADES KENDO ET D.R.

<i>I – RÔLE</i>	<i>4</i>
<i>II – STRUCTURES MISES EN PLACE</i>	<i>4</i>
<i>III - CONDITIONS GENERALES DE PRESENTATION</i>	<i>5</i>
<i>IV – AUTHENTIFICATION DES GRADES</i>	<i>6</i>
<i>V – JUGES</i>	<i>7</i>
<i>ANNEXE C.N.K.D.R. N°1 REGLEMENTATION GENERALE DES GRADES KENDO ET D.R.</i>	<i>8</i>
1. CONDITIONS DE PRESENTATION AUX EPREUVES DU 1 ^{er} DAN	8
2. NIVEAU D'ORGANISATION DES EXAMENS DE PASSAGES DE GRADES	8
3. COMPOSITION DES JURYS D'EXAMEN	8
4. CONTENU DES PASSAGES DE GRADES	8
A. REGLEMENTATION DES GRADES KENDO	8
B. REGLEMENTATION DES GRADES IAÏDO	11
C. REGLEMENTATION DES GRADES JODO	12
D. REGLEMENTATION DES GRADES NAGINATA	13
E. REGLEMENTATION DES GRADES CHANBARA	14
<i>ANNEXE C.N.K.D.R. N°2 RECONNAISSANCE DES GRADES DELIVRES A L'ETRANGER</i>	<i>21</i>
<i>ANNEXE C.N.K.D.R. N°3 SYSTEMES PARTICULIERS</i>	<i>22</i>
1. GRADES EXCEPTIONNELS	22
2. PRATIQUANTS HANDICAPES PHYSIQUES	22
<i>ANNEXE C.N.K.D.R. N°4 TABLEAUX RECAPITULATIFS</i>	<i>23</i>
1. CONDITIONS D'ACCES AUX GRADES DE 1 ^{er} au 8 ^{ème} DAN	23
2. NIVEAU D'ORGANISATION DES EXAMENS DE PASSAGES DE GRADES DAN KENDO ET D.R.	24
<i>ANNEXE C.N.K.D.R. N°5 GLOSSAIRE</i>	<i>25</i>
KENDO	25
IAÏDO	25
JODO	26
NAGINATA	26
SPORT CHANBARA	27

I – RÔLE

La sous-commission Kendo et Disciplines Rattachées est chargée de proposer à la C.S.D.G.E. la réglementation des grades Dan Kendo et Disciplines Rattachées et d'organiser les examens spécifiques à ces disciplines.

II – STRUCTURES MISES EN PLACE

La sous-commission des grades CNKDR propose toute idée ou projet ou décision prise au sein de la sous-commission, au Comité Directeur du CNKDR, pour validation avant présentation à la validation de la CSDGE.

1- Sur le plan national

En responsabilité de la sous-commission est nommé un membre élu au Comité de Direction du C.N.K.D.R, proposé à la validation de la C.S.D.G.E. par le Comité de Direction du C.N.K.D.R., et après acceptation du sollicité.

Le responsable, ainsi nommé, finalise la constitution de la sous-commission :

- du Président du CNKDR
- de deux techniciens titulaires du 7ème Dan dans l'une des disciplines du C.N.K.D.R.
- par discipline C.N.K.D.R. non déjà représentée, d'un technicien haut gradé qui représente sa discipline au sein de la sous-commission
- peut également siéger, à titre consultatif, toute personne invitée spécialement par le responsable ou par les 2/3 des membres de la sous-commission.

La composition de la sous-commission, ainsi constituée, est proposée, pour avis, au CD du C.N.K.D.R, puis pour validation, à la C.S.D.G.E.

2- Sur le plan régional

Un comité d'organisation régional des grades est mis en place au niveau de chaque région (ligue) afin d'assurer la mise en place et le suivi des activités régionales en ce qui concerne les grades. Ce C.O.R.G.

Kendo et D.R. est composé :

- du Président de la CRKDR élu comme le prévoient les textes de l'Annexe 4.1 des textes fédéraux.
- d'un Délégué Technique Régional Kendo ou D.R.,
- d'un secrétaire de C.O.R.G. élu par le Comité Directeur de la CRKDR. et chargé du suivi administratif.

III - CONDITIONS GENERALES DE PRESENTATION

1- Conditions générales de présentation d'un grade

Afin de satisfaire aux conditions générales de présentation d'un grade, tout candidat devra :

- satisfaire aux conditions de présentation précisées à l'annexe C.N.K.D.R. n°4 (délais)
- fournir les justificatifs d'assurance de la structure d'enseignement et du postulant
- attester, par les différentes Licences prises, de trois années de pratique dans la discipline
- posséder un certificat médical de non contre-indication à la pratique du Kendo, Iaido, Jodo, Naginata ou Chanbara en cours de validité.
- s'acquitter des droits de présentation.

NB : le montant des droits de présentation est fixé chaque année par l'assemblée générale de la F.F.J.D.A. sur proposition du C.N.K.D.R..

Pour se présenter au Dan supérieur, il faut que le précédent Dan ait été préalablement authentifié par la Commission Spécialisée des Dan et Grades Equivalents de la F.F.J.D.A.

2- Conditions particulières pour les licenciés à la F.F.J.D.A.

En supplément des conditions générales de présentation, les candidats doivent être licenciés à une association affiliée à la F.F.J.D.A., déclarée sur le contrat club.

Pour qu'un club puisse présenter des candidats, il doit être en conformité avec les statuts et règlements de la F.F.J.D.A.

Le candidat doit présenter un passeport C.N.K.D.R./F.F.J.D.A. délivré par les Commissions régionales de Kendo pour couvrir les frais d'organisation et de gestion administrative.

Pour le 1er Dan, le postulant doit avoir au moins trois années de licence à la F.F.J.D.A. dans la discipline ou à une fédération affiliée aux fédérations internationales des disciplines concernées à la date de l'examen.

2- Conditions particulières pour les NON licenciés à la F.F.J.D.A.

Cela concerne les candidats adhérents des Fédérations Multisports, Affinitaires, Scolaires et Universitaires agréées.

En supplément des conditions générales de présentation, les candidats doivent :

- être inscrits par un club affilié à l'une de ces fédérations et présentés par un enseignant habilité
- posséder un passeport C.N.K.D.R./F.F.J.D.A. validé par trois timbres de licence F.F.J.D.A. ou timbres de licence de la fédération concernée *dans la discipline (3 saisons différentes)*.

Si le postulant est licencié pour la saison en cours à la F.F.J.D.A, il bénéficie des conditions définies par l'assemblée générale de la F.F.J.D.A. pour les différents tests d'accès aux grades.

IV – AUTHENTIFICATION DES GRADES

1. HOMOLOGATION

Les grades sont authentifiés par des diplômes officiels de la C.S.D.G.E. de la F.F.J.D.A.

2. PASSEPORT DU C.N.K.D.R./F.F.J.D.A.

Pour être homologués ou authentifiés, les résultats enregistrés par les C.O.R.G. de Kendo et D.R. ou la sous-commission des grades Kendo et D.R., doivent figurer sur le passeport C.N.K.D.R./F.F.J.D.A., ou tout autre document de la F.F.J.D.A.

Pour le 1^{er} Dan, le passeport doit être validé par trois timbres de licences *dans la discipline* dont un de la saison en cours, ou par une attestation de 3 ans de pratique pour les non licenciés F.F.J.D.A.

La signature et le nom lisible de l'enseignant diplômé (BE, CQP, CFEB ou tout autre diplôme reconnu par le CNKDR) doivent être apposés sur le passeport à la page destinée à cet effet.

Pour les autres Dan, le passeport (où figure le grade de ceinture noire) ainsi que la licence-assurance F.F.J.D.A. de la saison en cours, ou une licence-assurance des Fédérations Multisports, Affinitaires, Scolaires, Universitaires de la saison en cours, ou une attestation d'assurance pour les non licenciés, suffisent.

Le certificat médical doit être conforme à la réglementation en vigueur.

Le passeport est délivré par la C.R.K.D.R dont ressort le pratiquant. Ils doivent être dûment remplis et signés. La photo du détenteur doit y figurer tamponnée par la CRKDR.

Après avoir satisfait à toutes les épreuves, les résultats du candidat seront portés sur le passeport.

V – JUGES

1. JURYS

La sous-commission nationale des grades Kendo et D.R. établit une liste de juges ou jurés qui pourront faire partie des jurys. Cette liste est révisée annuellement et validée au comité de direction du mois d'octobre.

Les représentants des Fédérations agréées Multisports, Affinitaires, Scolaires, Universitaires et des Organisations Professionnelles peuvent se présenter dans les mêmes conditions que les experts fédéraux sur ces listes.

Du 1^{er} au 3^{ème} Dan, les membres des jurys seront proposés par le Délégué Technique Régional Kendo et D.R. sur la base de cette liste.

Pour les grades du 4^{ème} Dan et plus, les membres des jurys seront choisis sur cette même liste par le responsable de la sous-commission des grades Kendo et D.R.

Les membres des jurys devront avoir des grades en conformité avec le tableau récapitulatif de l'annexe C.N.K.D.R. n°4. Le nombre des membres des jurys devra également être en conformité avec ce même tableau.

Conditions d'accès au corps de juges

Prérequis :

Consulter la fiche N° 11 "Devenir Juré d'Examen de Grades" en annexe de ce règlement.

ANNEXE C.N.K.D.R. N°1 REGLEMENTATION GENERALE DES GRADES KENDO ET D.R.

1. CONDITIONS DE PRESENTATION AUX EPREUVES DU 1^{er} DAN

- être âgé au minimum de 13 ans le jour de l'examen,
- être 1^{er} kyu depuis 3 mois au moins,
Pour les autres DAN, se reporter aux tableaux (annexe 4)

2. NIVEAU D'ORGANISATION DES EXAMENS DE PASSAGES DE GRADES

(Voir annexe 4)

3. COMPOSITION DES JURYS D'EXAMEN

Au niveau régional, la composition des jurys doit être soumise à l'accord préalable de la sous-commission des grades Kendo et D.R. (Voir annexe 4)

4. CONTENU DES PASSAGES DE GRADES

(Voir Annexe 5 pour la terminologie)

A. REGLEMENTATION DES GRADES KENDO

Les examens pour le passage de grades du 1^{er} au 8^{ème} Dan se composent des épreuves suivantes :

Du 1^{er} au 5^{ème} Dan :

- Kiri Kaeshi dans les deux rôles
- 2 combats libres (Ji Geiko) avec 2 partenaires différents
- 1 examen de kata dans le rôle de Uchi Dachi ou de Shi Dachi au choix du jury

Du 6^{ème} au 7^{ème} Dan :

- 2 combats libres (Ji Geiko) avec 2 partenaires différents
- 1 examen de kata dans le rôle de Uchi Dachi ou de Shi Dachi au choix du jury

Pour le 8^{ème} Dan :

- 2 combats libres (Ji Geiko) avec 2 partenaires différents
- 1 examen de kata dans les rôles de Uchi Dachi et de Shi Dachi
- 2 autres combats libres (Ji Geiko) avec 2 nouveaux partenaires

Pour tous les grades, le postulant doit porter une tenue correcte, composée d'un Keikogi (veste), un Hakama (pantalon japonais) et du Bogu (armure complète) sans le nafuda (dossard). Aucune indication de son identité ne doit apparaître.

Pour le kata, il doit porter le Taré (protection d'abdomen).

Le matériel nécessaire, adapté et réglementaire, comporte une armure et 2 shinaï en bon état, un bokken (sabre de bois), plus un kodachi (sabre court en bois) à partir du 3^{ème} dan.

KIRI KAESHI

Les candidats doivent exécuter le KIRI KAESHI une fois dans chaque rôle. La réussite de cette épreuve est nécessaire à l'obtention des grades DAN jusqu'au 5^{ème}.

Jugement du KIRI KAESHI

1^{er} Dan : mouvements amples, avec une bonne coordination de tout le corps.

Pas de nécessité d'un rythme rapide. Rôle important du Moto Dachi (distance et façon de tenir le shinai).

2^{ème} Dan : Par rapport à celui du 1^{er} dan, le Kiri Kaeshi devra faire preuve d'une bonne coordination des différentes actions segmentaires. Le corps devra être plus ferme. La distance et le Kiaï améliorés.

3^{ème} Dan : Les critères retenus pour les 1^{er} et 2^{ème} dan, sur un rythme plus soutenu avec une très bonne coordination de tout le corps et une action forte au niveau des poignets. Importance du Kiaï soutenu.

4^{ème} et 5^{ème} dan : Les critères retenus pour les grades précédents, les trajectoires et les orientations de lames devront être plus précises et démontrer une détermination supérieure à celle attendue pour les grades inférieurs.

TEST D'EFFICACITE EN COMBAT

Du 1^{er} au 7^{ème} Dan inclus, le candidat doit effectuer deux combats libres, pour le 8^{ème} Dan, le candidat doit effectuer 2 + 2 combats libres, appelés Ji Geiko, avec deux autres candidats au même grade, d'âge sensiblement équivalent, mais sans catégorie de poids ou de sexe.

La réussite à la première série de 2 combats est nécessaire à la poursuite de l'examen. La réussite de cette épreuve est nécessaire à l'obtention des grades DAN.

Chaque combat a une durée approximative de 1minute 30 secondes.

Jugement des JI GEIKO

Cette épreuve n'est ni un exercice d'attaque systématique ni un shiai. Son niveau d'exigence va en progressant avec le grade présenté.

Il est évident que le jury doit voir une certaine efficacité dans l'assaut. L'esprit est celui du shiai. Un Ji Geiko basé principalement sur le blocage des attaques adverses n'est pas souhaitable. De même que des actions trop réfléchies, ou qui se voudraient techniquement trop évoluées, nuiraient à l'aisance du candidat.

Le jury doit pouvoir apprécier, à travers le respect des principes fondamentaux du Kendo, l'expression personnelle et la valeur combative du candidat se manifestant entre autres par la réalisation d'un ou plusieurs IPPON.

EXAMEN DE KATA

Les candidats doivent présenter l'épreuve du kata avec succès pour réussir l'examen.

Pour le 1^{er} Dan, les cinq premières séries du Kendo no kata seront présentées.

Pour le 2^{ème} Dan, les sept premières séries seront demandées.

A partir du 3^{ème} Dan, les dix séries du Kendo no kata seront exécutées.

Jugement du KATA

Critères à retenir :

- Respect du protocole,
- Ordre chronologique d'exécution,
- Sincérité des mouvements dans l'attaque et la défense,
- Exécution des techniques exactes dans leurs différentes phases, réalité de la menace, respect des distances d'attaque et de riposte, expression de la vigilance,
- Rythme d'exécution.

Il est essentiel que la rigueur du jugement soit fonction du grade présenté par le candidat.

NOTA : Si un candidat échoue au Kendo no kata après avoir réussi au Kiri Kaeshi et au Ji Geiko, il sera autorisé à repasser uniquement l'épreuve manquée à raison d'une seule tentative et dans les douze mois, jour pour jour, consécutifs à l'échec.

B. REGLEMENTATION DES GRADES IAÏDO

Les examens pour le passage de grades du 1^{er} au 8^{ème} Dan se composent des épreuves d'un examen technique comprenant l'exécution de 5 kata.

Pour tous les grades le candidat doit porter Keikogi (veste) et Hakama (pantalon japonais) propres.

Le Iaito (sabre d'entraînement) ou le Katana (sabre tranchant) peuvent être utilisés pour les grades du 1^{er} au 5^{ème} Dan.

A partir du 6^{ème} Dan l'utilisation du Katana est obligatoire.

Le Bokken ou Bokuto (sabre de bois) n'est pas toléré quel que soit le grade.

EXAMEN TECHNIQUE

Du 1^{er} au 3^{ème} dan : 5 KATA doivent être présentés. Ils sont imposés par le jury et choisis dans le "Zen Nihon Kendo Renmei Iai". (à la discrétion du jury, le premier présenté peut être également un KORYU au choix du candidat)

Pour les 4^{ème} et 5^{ème} dan : 5 KATA doivent être présentés dont 1 KATA choisis dans un KORYU par le candidat et 4 imposés par le jury et choisis dans le "Zen Nihon Kendo Renmei Iai".

Pour les 6^{ème} et 7^{ème} dan : 5 KATA doivent être présentés dont 2 KATA choisis dans un KORYU par le candidat et 3 imposés par le jury et choisis dans le "Zen Nihon Kendo Renmei Iai".

Pour le 8^{ème} dan : Les 12 KATA du "Zen Nihon Kendo Renmei Iai" et 10 KATA issue d'un KORYU au choix du candidat doivent être présentés.

En cas d'impossibilité d'exécution à partir des positions seiza ou tatehiza, le jury choisira dans les formes debout et en demandera la réalisation en lieu et place des formes au sol.

Le jury peut demander une ou des exécutions de Kata supplémentaires qui pourraient lui permettre d'éclairer son jugement.

La réussite de cette épreuve est nécessaire à l'obtention des grades DAN.

Jugement de l'examen technique

Les candidats devront pouvoir réaliser très correctement les 4 parties d'un Kata : NUKI TSUKE (dégainer), KIRI TSUKE (trancher), CHIBURI, NOTO (rengainer).

Critères à retenir :

- le vécu (kimé, zanshin)
- l'attitude (la stabilité, la rectitude, l'efficacité potentielle qui se dégage du pratiquant dans son port et au cours de ses déplacements)
- le rythme (combat réel et non-chorégraphié, variation du rythme en fonction des situations ou des phases d'un KATA)
- la qualité des coupes et du kikentai (placement des mains et des hanches, utilisation correcte du sabre)
- la qualité du Me Tsuke (regard) et la justesse des gestes qui reflètent la réelle appréciation de la situation
- le respect du cérémonial de Zen Nihon Kendo Renmei
- le respect de la technique.

C. REGLEMENTATION DES GRADES JODO

Les examens pour le passage de grades du 1^{er} au 8^{ème} Dan se composent d'un examen technique comprenant l'exécution de kata.

Pour tous les grades le candidat doit porter Keikogi bleu (veste) et Hakama bleu (pantalon japonais) propres.

La tenue blanche est tolérée : Keikogi blanc (veste) et Hakama blanc.

Le matériel nécessaire est constitué d'un jo (bâton) conforme aux règlements et d'un bokken.

EXAMEN TECHNIQUE

Du 1^{er} au 5^{ème} Dan : 5 Kata doivent être exécutés, choisis par le jury parmi les 12 du "Seitei-Jo".

Le candidat est jugé dans les deux rôles (sabre et Jo).

A partir du 6^{ème} Dan : 6 Kata doivent être présentés, choisis par le jury parmi les 12 du "Seitei-Jo".

Le candidat est jugé dans les deux rôles (sabre et Jo).

Les candidats peuvent se présenter avec un partenaire ne présentant pas l'examen.

Le partenaire peut avoir un grade égal ou immédiatement supérieur ou inférieur au grade présenté.

Exemple : examen de 2^{ème} dan : partenaire 1^{er} au 3^{ème} dan admis.

Jugement de l'examen technique

Critères à retenir :

- 1- L'esprit de combativité
- 2- La posture correcte
- 3- La précision et l'intensité des frappes et des tsukis
- 4- Le temps et la distance : Ma-ai
- 5- Le regard : Metsuké
- 6- La vigilance : Zanshin
- 7- Le respect de l'étiquette
- 8- L'accord entre l'énergie (Ki), le Jo ou le sabre) et le corp. (KiJoTai, KiKenTai)
- 9- Une pratique du Jodo en accord avec l'esprit du Budo.
- 10- Prise en compte de tous les points de jugements techniques se trouvant à la fin du livret explicatif de la Z.N.K.R.

La réussite à cette épreuve est nécessaire à l'obtention du grade Dan.

D. REGLEMENTATION DES GRADES NAGINATA

Pour les grades du 1^{er} au 3^{ème} Dan : les épreuves se composent d'un examen technique et d'un examen écrit.

Pour les grades du 4^{ème} au 5^{ème} Dan : les épreuves se composent d'un examen technique, d'un examen de Kata, d'un examen d'arbitrage (4^{ème} dan seulement sauf arbitres diplômés) et d'un examen écrit.

Pour les Shogo (Ces titres sont des équivalences aux 6^{ème}, 7^{ème} et 8^{ème} dan) : les épreuves se composent d'un examen technique réduit (shikake Ogi waza), d'un examen de Kata et d'une question écrite approfondie.

Pour tous les grades le candidat doit porter Keikogi blanc (veste) et Hakama (pantalon japonais) propres.

Le matériel nécessaire est constitué d'un Naginata (hallebarde de combat), d'une Naginata Kata (hallebarde de bois pour les kata), d'une armure avec Sune (protection de jambes).

EXAMEN TECHNIQUE

Pour les grades du 1^{er} au 5^{ème} Dan, l'épreuve technique est composée d'exercices exécutés en partie sans armure et en partie avec armure.

Définition des exercices réalisés sans armure

- Happo Buri (coupes fondamentales dans le vide)
- Datotsu (frappe sur les différentes cibles)
- Uchi kaeshi (dans les deux rôles)
- Shikake Oji Waza (exercices d'attaques et de ripostes codifiés) : exécution jusqu'à la 5ème série dans les deux rôles pour le 1er Dan ; exécution jusqu'à la 8ème série dans les deux rôles pour les autres grades. Ces exercices sont des séquences fondamentales de combat exécutées dans le but d'acquérir les techniques d'attaque et de riposte, le rythme et la sincérité de l'échange.
- Shido-ho (commandements du Kihon) à partir du 3^{ème} dan.

Définition des exercices réalisés avec armure

- Uchi kaeshi (avec armure dans les deux rôles). Dans ce contexte les coups sont portés et le rythme est plus intense
- Kakari Geiko (enchaînement de frappe à un rythme soutenu) avec un partenaire plus gradé.
- Hikitate Geiko (conduite du kakari Geiko) à partir du 3ème dan
- Gokaku Geiko ou Ji Geiko (combat libre) avec un partenaire de même grade
- Shiai à partir du 3^{ème} dan.

Jugement de l'épreuve pratique

Pour les réalisations techniques, l'accent sera mis sur le placement du corps, la coordination de la frappe et du déplacement, la véracité des attaques et des ripostes, le respect de la distance et l'utilisation correcte de l'arme.

En ce qui concerne les Ji Geiko et Shiai, le jury doit pouvoir apprécier, à travers le respect des principes fondamentaux du Naginata, l'expression personnelle et la valeur combative du candidat se manifestant entre autres par la réalisation de IPPON.

EXAMEN D'ARBITRAGE

Il est obligatoire pour le 4^{ème} dan seulement à l'exception des personnes ayant le diplôme d'arbitre de la fédération internationale de Naginata.

Jugement de l'arbitrage

Critères à retenir :

- Respect du protocole,
- Jugement du Ippon

EXAMEN DE KATA

A partir du 4^{ème} Dan, un examen de kata est demandé aux postulants.

Pour le 4^{ème} Dan, les cinq premières séries du Naginata Renmei no Kata devront être exécutées.

Pour le 5^{ème} et les shogo, les sept séries du Naginata Renmei no Kata devront être exécutées.

Jugement du KATA

Critères à retenir :

- Respect du protocole,
- Sincérité des mouvements dans l'attaque et la défense,
- Exécution des techniques exactes dans leurs différentes phases, réalité de la menace, respect des distances d'attaque et de riposte, expression de la vigilance,
- Ordre chronologique d'exécution,
- Rythme d'exécution.

Il est essentiel que la rigueur du jugement soit fonction du grade présenté par le candidat.

EXAMEN ECRIT

Pour terminer, le postulant est soumis à un examen écrit qui porte principalement sur les connaissances de base de la discipline, la technique.

Jugement de l'examen écrit

Les questions porteront sur : les termes usuels, le matériel, les techniques, l'historique et l'arbitrage.

Du 1^{er} au 5^{ème} dan, cette épreuve comprend 5 questions et est éliminatoire.

E. REGLEMENTATION DES GRADES CHANBARA

Les examens pour le passage de grades du 1^{er} au 8^{ème} Dan se composent des épreuves suivantes :

Grade	Uchi kaeshi	Observables	Keiko	Observables	Kata	Observables	Ecrit
1 ^{er} DAN	1 fois dans chaque rôle Kodachi	Pour les deux rôles (Uchi dachi et Shi dachi) La coordination motrice membres inf./sup. est installée. L'unité corps/arme lors de la frappe est observable. Le maai est respecté. Le Kiaï est audible.	2 Keiko avec Kodachi	Pas d'échange protocolaire ni de uchikomi geiko. La notion de garde et de pointe s'observe. Les attaques sont volontaires.	3 premier Katas Kodachi Uchi dachi et Shi dachi sont définis par le jury.	L'étiquette et la tenue sont respectées. Les scénarios sont connus et les rôles sont respectés.	Non
2 ^{ème} DAN	1 fois dans chaque rôle Kodachi	Idem 1 ^{er} Dan + Rythme, coordination motrice membres inf./sup. ne font pas défaut dans les deux rôles. La notion de coupe est visible. Le Kiaï est audible et synchronisé avec les coupes.	2 Keiko avec Kodachi	Idem 1 ^{er} DAN + La garde est présente, le ma-ai est respecté. Les attaques sont visiblement construites. La notion de Ki-Ken-Taï no ichi est observable	5 Katas Kodachi Uchi dachi et Shi dachi sont définis par le jury.	Idem 1 ^{er} DAN + Les scénarios sont maîtrisés. Les notions de seme, shimeru, zanshin sont observables.	Non

3 ^{ème} DAN	1 fois dans chaque rôle avec chaque arme Kodachi Choken	Idem 2 ^{ème} Dan + Le rythme et la coordination motrice membres inf./sup sont installés. Chaque coupe est marquée du Ki-Ken-Taï no ichi. Le Kiaï est puissant et continu.	1 Keiko Kodachi 1 Keiko Choken morote	Idem 2 ^{ème} DAN Les attaques sont construites et les contre-attaques sont exécutées de façon volontaire (puissance, unité, détermination).	5 Katas Kodachi 3 Katas Choken 3 dernières séries du Ken no kata Uchi dachi et Shi dachi sont définis par le jury.	Idem 2 ^{ème} DAN + L'exécution des différentes séries n'est plus scénarisée. La notion d'opposition est observable. Les coupes sont marquées du te no uchi et le Ki-Ken-Taï no ichi est observable pour chacune d'entre elles. L'exécution au choken est maîtrisée	Non
4 ^{ème} DAN	1 fois dans chaque rôle avec chaque arme Kodachi Choken	Idem 3 ^{ème} Dan + L'enchaînement des coupes est régulier en s'accéléralant. Tous les observables (ma- ai, te no uchi, Kiaï, Ki-Ken-Taï no ichi...) sont en place et ne laissent apparaître aucun signe d'apprentissage récent.	1 Keiko Choken 2 Keiko Nito	Chaque action attaque/contre-attaque fait acte de construction volontaire (la réactivité systématique à l'adversaire est remplacée par l'action sur celui-ci). La notion de « pointe » est installée et perceptible. La notion de « ma-ai » est installée et respectée notamment pour Nito.	5 Katas Kodachi 7 Katas Choken 3 dernières series du Ken no kata Uchi dachi et Shi dachi sont définis par le jury.	Idem 3 ^{ème} DAN + La maîtrise des techniques, la précision des coupes sont observables. Les katas sont vivants et font preuve d'un travail régulier où chacun des rôles est respecté. L'exécution au boken est maîtrisée.	Non

5 ^{ème} DAN	1 fois dans chaque rôle au boken et shoto		1 Keiko dans chaque arme : Kodachi Choken morote Nito	Idem 4 ^{ème} DAN + Détermination, précision, unité (corps, armes, action, adversaire, ...), coupe, ... sont observables pour chaque action mise en place.	5 Katas Kodachi 7 Katas Choken 10 Ken no kata	Idem 4 ^{ème} DAN + L'exécution des différentes séries tant, dans le respect de l'étiquette, dans la maîtrise technique et le contrôle des différents ma-ai font acte d'un travail régulier des katas.	Non
6 ^{ème} DAN	Non		Idem 5 ^{ème} DAN + Choken ryote Les Keiko s'apparentent plus à un Taishiaï qu'à un ji geiko.	Idem 5 ^{ème} DAN + La construction des actions sont évidentes et lisibles par le jury. La notion de seme ne laisse pas de doute et est observable.	5 Katas Kodachi 7 katas Choken 10 Ken no kata	Idem 5 ^{ème} DAN + Le candidat présente un travail permettant aux jurys d'approuver que la pratique des katas résulte d'une action régulière et que ces derniers sont « partie intégrante » de son travail technique.	Ecrit *
7 ^{ème} DAN	Pour la mise en place du présent règlement les prétendants à ce grade (6ème depuis au moins 6ans de licence justifiable ou Sur proposition et dossier*. 2 Ji-Geiko						
8 ^{ème} DAN	Pour la mise en place du présent règlement les prétendants à ce grade (7ème depuis au moins 10 ans de licence justifiable ou sur proposition et dossier.* 2x2 Ji-Geiko						

* Ecrit pouvant notamment porter sur :

- parcours personnel (dont parcours sportif, Haut Niveau, enseignement... autres disciplines...)
- technique
- pédagogie
- recherche (historique, sociologique, anatomo-physiologique, biomécanique...).

Les exercices Uchi Kaeshi et Kata seront tirés au sort par le jury le jour de l'examen.

Pour tous les grades, le postulant doit porter un Kimono sans manche blanc et propre ainsi qu'un t-shirt manche longue uni.

Le matériel conseillé, et selon le grade présenté, comporte 2 Kodachi (sabre court), 2 choken (sabre long), 1 yari (hallebarde), 1 taté (bouclier), 1 casque homologué avec une protection oculaire en W et une paire de gants sans armature en bon état. Armes gonflables non autorisées.

Pour le Ken no Kata : un bokken (sabre de bois), plus un kodachi shoto (sabre court en bois) à partir du 3^{ème} dan.

UCHI KAESHI

Les candidats doivent exécuter l'Uchi KAESHI une fois dans chaque rôle.

La réussite de cette épreuve est nécessaire à l'obtention des grades DAN jusqu'au 3ème Dan.

Jugement UCHI KAESHI

1er Dan : Uchi Dashi : mouvements amples, avec une bonne coordination motrice de tout le corps (membres supérieurs, membres inférieurs, tronc et abdomen). Pas de nécessité d'un rythme rapide. Les premières notions de coupes sont identifiables (le no uchi, impact sur la cible avec la zone du « ken sen » de son arme, le geste n'est pas exécuté avec le poignet). La notion de Ki Ken Taï no ichi est assimilée et est identifiable.

Shidashi : la distance, le rythme et la tenue de l'arme sont correctes. Le rythme ne le submerge pas.

2ème Dan : Dans les deux rôles : idem 1er dan, avec une meilleure coordination motrice. L'identification segmentaire des différentes actions est aisée. Le corps est plus ferme/tonic. La distance « Maë » (la série de coupes s'enchaîne à un rythme régulier, la distance est correcte (bras allongé et non raide et ken sen correctement placé sur la cible) et le Kiaï sont améliorés (plus audible et moins fragmenté - une seule expiration).

3ème Dan : Dans les deux rôles : idem 1er et 2ème dan, sur un rythme plus soutenu et avec une très bonne coordination de tout le corps. Une action forte au niveau des poignets et des mains (Té no Uchi). Le Kiaï est soutenu et puissant.

4ème Dan : Idem 3ème Dan + l'enchaînement des coupes est régulier en s'accéléralant. Tous les observables (ma-ai, te no uchi, Kiaï, Ki-Ken-Taï no ichi...) sont en place et ne laissent apparaître aucun signe d'apprentissage récent.

5ème Dan : Idem 4ème Dan.

TEST D'EFFICACITE EN COMBAT

Le candidat, du 1er au 7ème Dan inclus, doit effectuer deux combats libres.

Le candidat au 8ème Dan doit effectuer 2+2 combats libres, appelés Ji Geiko, avec deux autres candidats du même grade, et si possible, d'âge sensiblement équivalent mais sans catégorie de poids ou de sexe.

La réussite de cette épreuve est nécessaire à l'obtention des grades DAN.

Pour le 8ème Dan, la réussite à la première série de 2 combats est nécessaire à la poursuite de l'examen.

Chaque combat a une durée maximale de 1 minute 30 secondes.

Pour des raisons de mise en place du présent règlement, les actuelles candidatures aux 7ème et 8ème Dan seront examinées sur dossier par la Commission Nationale des Grades.

Jugement du JI GEIKO

Cette épreuve n'est ni un exercice d'attaques systématiques (Uchi Komi geiko) ni une épreuve de compétition (shiai geiko).

Le niveau d'exigence du jury va en progressant avec le grade présenté.

Le jury doit voir et ressentir une « certaine » efficacité dans l'assaut.

L'esprit des combats est celui du shiai sans toutefois que la victoire en soit l'objectif.

Un Ji Geiko basé principalement sur le blocage des attaques adverses n'est pas acceptable.

De même que des actions trop « réfléchies/calculées », ou qui se voudraient techniquement trop évoluées, nuiraient à l'aisance du candidat.

De façon générale, le jury doit pouvoir apprécier, à travers le respect des principes fondamentaux du Chanbara en particulier et du sabre en général, l'expression personnelle et la valeur combative du candidat. Celle-ci se manifestant entre autres par : la notion de garde « Kamaë », l'efficacité de la menace « Sémé » et la réalisation de IPPON « Ki Ken Taï no Ichi ».

EXAMEN DE KATA

Les candidats doivent présenter l'épreuve du kata avec succès pour réussir l'examen.

Jugement de KATA

Sur la forme :

- Respect du protocole,
 - Ordre chronologique d'exécution,
 - Sincérité des mouvements dans l'attaque et la défense,
 - Exécution des techniques exactes dans leurs différentes phases, réalité de la menace,
- respect des distances d'attaque et de riposte, expression de la vigilance,
- Rythme d'exécution.

Sur le fond :

- La connaissance des scénarios
- Le respect de l'étiquette
- L'essence du combat
- L'efficacité des techniques présentées
- La véracité des attaques et des contre-attaques
- Le rythme nécessaire à l'identification des techniques utilisées.

Il est essentiel que la rigueur du jugement soit fonction du grade présenté par le candidat.

NOTA : Si un candidat échoue au Chanbara no kata après avoir réussi à l'Uchi Kaeshi et au Ji Geiko, il sera autorisé à repasser uniquement l'épreuve manquée, à raison d'une seule tentative dans les douze mois consécutifs à l'échec.

ANNEXE C.N.K.D.R. N°2 RECONNAISSANCE DES GRADES DELIVRES A L'ETRANGER

Les grades délivrés à l'étranger par une Fédération affiliée à la Fédération Internationale de Kendo pour le Kendo, le Iaido et le Jodo ou à la Fédération Internationale de Naginata pour le Naginata, peuvent faire l'objet d'une reconnaissance de grade par la C.S.D.G.E. de la F.F.J.D.A., sous réserve du respect de la réglementation des fédérations internationales concernées.

Sont concernés :

- les ressortissants français ayant obtenu un grade à l'étranger.
- les étrangers résidant en France et ayant obtenu leurs grades à l'étranger.

Modalités de dépôt du dossier de demande de reconnaissance de grade

Les demandes de reconnaissance de grade doivent être déposées à la sous-commission des grades Kendo et D.R. avec la photocopie du diplôme accompagnée d'une traduction certifiée conforme et/ou de tous documents attestant du grade obtenu à l'étranger.

ANNEXE C.N.K.D.R. N°3 SYSTEMES PARTICULIERS

1. GRADES EXCEPTIONNELS

1- Principe

Les personnes présentant des incapacités pour se présenter aux épreuves pratiques des différents tests d'accès au grade peuvent soumettre un dossier à la Commission spécialisée des grades dan et équivalents pour accéder au grade supérieur.

Un grade délivré à titre exceptionnel rendra impossible toute progression dans la hiérarchie des grades. (Un seul grade pourra être obtenu à titre « exceptionnel ». Le postulant ne pourra plus accéder à un grade supérieur).

2- Procédure

Le candidat qui remplit les conditions réglementaires pour accéder au grade supérieur peut déposer un dossier de candidature.

Les documents composant le dossier sont réunis par le candidat ou toute autre personne (président de club, responsable de C.R.K., etc.).

Le dossier est soumis pour examen à la sous-commission des grades Kendo et D.R..

Il doit, après concertation, comporter un seul et unique avis commenté et la signature du responsable de la sous-commission des grades Kendo et D.R. ou d'un autre membre de la sous-commission des grades, délégué par ce dernier et confirmé par le cachet du C.N.K.D.R.

Le dossier sera alors transmis pour décision à la commission spécialisée des grades dan et équivalents.

2. PRATIQUANTS HANDICAPES PHYSIQUES

Sont concernés par ce système particulier des pratiquants dont le handicap physique est reconnu médicalement et permet une pratique autonome.

Dans le cas où un support matériel extérieur est nécessaire, une autorisation spéciale doit être demandée préalablement à la Sous-commission.

Le handicap, et les capacités de réalisation qui y sont associées, sont portées à la connaissance du Président du Jury, préalablement au passage de grade.

1- Aménagements prévus en Kendo, Jodo, Naginata et Chanbara

Dans le cas d'un handicap au niveau des membres inférieurs ne permettant pas un déplacement conforme aux règles (en particulier dans les kata) mais autorisant une station debout et des déplacements, le jugement sera adapté par rapport au handicap mais en tenant compte des autres critères habituels de jugement.

Dans le cas d'un handicap au niveau d'un membre supérieur, l'adaptation effectuée par le pratiquant devra être prise en compte dans le jugement des réalisations techniques.

2- Aménagements prévus en Iaido

Dans le cas d'une impossibilité de pratiquer à partir des positions Seiza (à genoux) ou Tate Hiza (assis sur un talon), le candidat pourra pratiquer tous les kata à partir de la position debout.

Dans le cas d'un handicap au bras droit, le pratiquant pourra effectuer les kata en forme inversée (miroir).

ANNEXE C.N.K.D.R. N°4 TABLEAUX RECAPITULATIFS

1. CONDITIONS D'ACCES AUX GRADES DE 1^{er} au 8^{ème} DAN

1- Tableau des délais KENDO ET D.R.

GRADE	1 ^{er} Dan	2 ^{ème} Dan	3 ^{ème} Dan	4 ^{ème} Dan	5 ^{ème} Dan	6 ^{ème} Dan	7 ^{ème} Dan	8 ^{ème} Dan
Age minimal	13 ans							46 ans
Délai entre les grades	*	1an	2ans	3ans	4ans	5ans	6ans	10ans
Kata	Oui	Oui	Oui	Oui	Oui	Oui	Oui	Oui
Test technique	Oui	Oui	Oui	Oui	Oui	Oui	Oui	Oui

NB : Ces délais, en années, sont considérés à 30 jours près.

*Posséder un passeport C.N.K.D.R./F.F.J.D.A. validé par trois timbres de licence F.F.J.D.A. ou timbres de licence de la fédération concernée *dans la discipline (3 saisons différentes)*.

2- Autres conditions

Les personnes âgées de plus de 60 ans désirant se présenter à l'examen de 6^{ème}, 7^{ème} ou 8^{ème} Dan pourront le faire avec des durées de pratique réduites comme ci-dessous :

6^{ème} Dan 2 ans après le 5^{ème} Dan 7^{ème}

Dan 3 ans après le 6^{ème} Dan 8^{ème} Dan

5 ans après le 7^{ème} Dan

NIVEAU D'ORGANISATION DES EXAMENS DE PASSAGES DE GRADES DAN KENDO ET D.R.

POUR LE GRADE DE	NIVEAU D'ORGANISATION	REMARQUE
1 ^{er} , 2 ^{ème} , 3 ^{ème} Dan	Régional	Composition du jury soumise à l'accord de la sous-commission des Grades CSDGE
4 ^{ème} et 5 ^{ème} Dan	National	
6 ^{ème} , 7 ^{ème} et 8 ^{ème} Dan	National ou International	

1- COMPOSITION DES JURYS D'EXAMEN KENDO, IAIDO ET JODO

POUR LE GRADE DE	COMPOSITION DU JURY	NOMBRE DE VOIX REQUISES
1 ^{er} Dan	5 personnes 4 ^{ème} Dan minimum	3 sur 5
2 ^{ème} et 3 ^{ème} Dan	5 personnes 5 ^{ème} Dan minimum	3 sur 5
4 ^{ème} Dan	6 personnes 6 ^{ème} Dan minimum	4 sur 6
5 ^{ème} , 6 ^{ème} et 7 ^{ème} Dan	6 personnes 7 ^{ème} Dan minimum	4 sur 6
8 ^{ème} Dan	6 personnes 8 ^{ème} Dan minimum	4 sur 6

A titre exceptionnel et sur demande de validation préalable à la sous-commission, le nombre de personnes composant les jurys du 4^{ème} Dan au 7^{ème} Dan peut être ramené à 5 mais le nombre de voix requis est de 4 sur 5.

2- COMPOSITION DES JURYS D'EXAMEN CHANBARA

POUR LE GRADE DE	COMPOSITION DU JURY	NOMBRE DE VOIX REQUISES
1 ^{er} et 2 ^{ème} Dan	5 personnes 4 ^{ème} Dan minimum	3 sur 5
3 ^{ème} Dan	5 personnes 5 ^{ème} Dan minimum	3 sur 5
4 ^{ème} Dan	5 personnes 6 ^{ème} Dan minimum	4 sur 5
5 ^{ème} , 6 ^{ème} et 7 ^{ème} Dan	5 personnes 7 ^{ème} Dan minimum	4 sur 5

ANNEXE C.N.K.D.R. N°5 GLOSSAIRE

Les termes sont répertoriés par ordre d'apparition dans les textes.

KENDO

UCHI DACHI : Partenaire prenant l'initiative de l'attaque dans les KATA.

SHI DACHI : Partenaire exécutant la défense-riposte dans les KATA.

JI GEIKO : Combat non arbitré dans lequel les deux partenaires essaient d'être essentiellement offensifs.

KEIKOGI : Veste d'entraînement portée par les pratiquants.

HAKAMA : Pantalon large japonais porté par les pratiquants.

SHINAI : Sabre de substitution composé de quatre lames de bambou reliées par des cuirs et une ficelle, permettant les assauts en armure.

BOKKEN : Sabre de bois utilisé lors des assauts conventionnels lorsque les coups ne sont pas portés.

KATA : Assaut conventionnel dans lequel chaque exécutant a un rôle défini.

TARE : Pièce d'armure protégeant le bas ventre et les hanches.

KENDO NO KATA : Ensemble de dix séries d'assauts permettant de travailler les principales techniques du kendo. Historique : En japonais, le mot KATA signifie forme fondamentale. Le KATA du Kendo, appelé Kendo no Kata, est constitué de dix séries, sept au grand sabre et trois avec le petit sabre pour le partenaire exécutant le rôle de Shi Dachi. Ce KATA, mis au point entre l'année 1912 et 1917, par le Daï Nippon Butokukai, un groupe d'experts de sabre japonais, est issu de différentes écoles anciennes de Ken Jutsu et constitue le recueil des techniques de base d'attaque et de défense, suivant une progression rigoureuse.

KIRI KAESHI : le KIRI KAESHI est un enchaînement de frappes à la tête avec des déplacements avant et arrière permettant de mettre en évidence le niveau technique du pratiquant en ce qui concerne la réalisation de frappes de grande amplitude et la capacité à coordonner frappes et déplacements.

MOTO DACHI : Rôle de celui qui fait exécuter les frappes.

KIAI : Cri poussé avant ou pendant l'exercice exprimant la concentration de l'énergie dans le HARA

HARA : Est une zone située sous le nombril, où réside énergie vitale.

IAIDO

KATANA : Le katana est le sabre traditionnel Japonais n'ayant qu'un seul tranchant.

IAITO : Sabre réplique du katana servant à l'entraînement.

KATA : Les KATA (formes fondamentales) présentés en tant que Kata libres peuvent être issus soit du « Zen Nihon Kendo Renmei Iai », soit de séries de KATA propres à l'une des écoles japonaises anciennes appelées KORYU.

ZEN NIHON KENDO RENMEI IAİ : Le Iaï de la fédération japonaise de Kendo comprend 12 séries mises au point par un regroupement d'experts représentant les différentes écoles anciennes.

KORYU : Nom donné aux écoles anciennes de Budô japonais.

NUKI TSUKE : Action de dégainer.

KIRI TSUKE : Action de trancher.

CHIBURI : Geste servant initialement à éliminer les souillures sur la lame du sabre.

NOTO : Action de rengainer.

KIME : Expression de l'énergie émanant du pratiquant.

ZANSHIN : Etat de vigilance, concentration.

ME TSUKE : Placement du regard.

JODO

JO : Bâton mesurant 1,28 m de long et 2,4 cm de diamètre.

KATA : Les KATA (formes fondamentales) présentés sont issus du « SEITEI JO»

SEITEI JO : JO de la fédération japonaise de Kendo qui comprend 12 séries mises au point par un regroupement d'experts.

KORYU : Nom donné aux écoles anciennes de Budô japonais.

KIKENTAİ : Synchronisation du déplacement, de la technique et de la détermination.

TACHI : Autre nom du sabre classique.

NAGINATA

NAGINATA : sorte de hallebarde composée d'une hampe et d'une lame courbe à un seul tranchant.

NAGINATA KI : Naginata en bois servant aux assauts conventionnels dans lesquels les coups ne sont portés.

SUNE : Protection de jambes.

HAPPO BURI : Exercices de frappes fondamentales dans le vide.

SHIKAKE OJI WAZA : Exercices d'attaques directes (Shikake) et d'attaques ripostes (Oji).

UCHI KAESHI : L'UCHI KAESHI est un enchaînement de frappes avec des déplacements avant et arrière permettant de mettre en évidence le niveau technique du pratiquant en ce qui concerne la réalisation de frappes de grande amplitude et la capacité à coordonner frappes et déplacements.

KAKARI GEIKO : Exercice consistant à enchaîner, avec une intensité maximale, des frappes variées.

NAGINATA RENMEI NO KATA : Le Naginata Renmei no Kata est le kata de la fédération japonaise de Naginata, mis au point par un groupe d'experts, il fait référence internationale. Ce Kata comprend 7 séries et est pratiqué avec un Naginata ki.

SPORT CHANBARA

UCHI DACHI : Partenaire prenant l'initiative de l'attaque dans les KATA.

SHI DACHI : Partenaire exécutant la défense-riposte dans les KATA.

JI GEIKO : Combat non arbitré dans lequel les deux partenaires essaient d'être essentiellement offensifs.

KEIKOGI : Veste d'entraînement portée par les pratiquants.

BOKKEN : Sabre de bois utilisé lors des assauts conventionnels lorsque les coups ne sont pas portés.

KATA : Assaut conventionnel dans lequel chaque exécutant a un rôle défini.

KEN NO KATA : Ensemble de dix séries d'assauts permettant de travailler les principales techniques du kendo.
Historique : En japonais, le mot KATA signifie forme fondamentale. Le KATA du Kendo, appelé Kendo no Kata, mis au point par un groupe d'experts japonais du plus haut niveau est constitué de dix séries, sept au grand sabre et trois avec le petit sabre pour le partenaire exécutant le rôle de Shi Dachi. Ce KATA est issu de différentes écoles anciennes de Ken Jutsu et constitue le recueil des techniques de base d'attaque et de défense, suivant une progression rigoureuse.

MOTO DACHI : Rôle de celui qui fait exécuter les frappes.

KIAÏ : Cri poussé durant l'exercice permettant une expiration forcée.

KIME : Expression de l'énergie émanant du pratiquant.

ZANSHIN : Etat de vigilance, concentration.

ME TSUKE : Placement du regard.

KIKENTAÏ : Synchronisation du déplacement, de la technique et de la détermination.

UCHI KAESHI : L'UCHI KAESHI est un enchaînement de frappes avec des déplacements avant et arrière permettant de mettre en évidence le niveau technique du pratiquant en ce qui concerne la réalisation de frappes de grande amplitude et la capacité à coordonner frappes et déplacements.

KODACHI : sabre court. Arme semi rigide, d'une longueur égale à celle d'un wakizashi, recouverte d'une protection en mousse et d'une gaine en toile.

CHOKEN : sabre long. Arme semi rigide, d'une longueur égale à celle d'un KATANA, recouverte d'une protection en mousse et d'une gaine en toile.

YARI : Représentation d'une sorte de hallebarde, mesurant en moyenne 2 mètres, n'autorisant que les attaques en estoc. La hampe est en matière synthétique rigide (autorisant toutefois une certaine souplesse pour des raisons de sécurité) et la partie représentant la lame est de même fabrication que le Kodachi.

TATE : Bouclier semi rigide, utilisé avec un Kodachi.

TANTO : poignard d'une longueur moyenne de 50 cm, et de même fabrication que les autres armes.

Toutes les armes citées ci-dessus, peuvent être composées, au niveau des lames, d'une structure gonflable. Ce qui donne à l'arme une meilleure rigidité, une meilleure qualité de fabrication (moins de casse du matériel) et un meilleur rapport poids/équilibre.

MOROTE : Maniement du Choken à deux mains (main gauche en bas et droite en haut de la tsuka)

RYOTE : Maniement libre du Choken (deux mains ou une main)

NITO : Maniement du Choken et du kodachi.

UCHI KAESHI : est un enchaînement de frappes (de la tête aux pieds) avec des déplacements avant et arrière permettant de mettre en évidence le niveau technique du pratiquant en ce qui concerne la réalisation de frappes de grande amplitude et la capacité à coordonner frappes et déplacements.