

## LA CEINTURE NOIRE & GRADE ÉQUIVALENT DU 1<sup>er</sup> AU 5<sup>ème</sup> DEGRÉ

### PRÉ-REQUIS POUR LES DIFFÉRENTES FORMULES D'OBTENTION<sup>1</sup>

PRÉROGATIVES	1 <sup>er</sup> degré	2 <sup>ème</sup> degré	3 <sup>ème</sup> degré	4 <sup>ème</sup> degré	5 <sup>ème</sup> degré
Niveau de pratique	Appropriation technique			Perfectionnement technique	
Fonction envisageable en club ou fonction fédérale d'encadrement	- Aide-enseignant de club (pour un moins de 18 ans) - Enseignant de club (pour un 18 ans et plus)		Assistant de cadre régional	Cadre régional	Cadre interrégional
Appellation propre à la maîtrise technique	Technicien		Elite technique		
Diplôme fédéral de recherche fédérale <sup>3</sup>	/		Master fédéral 1		Master fédéral 2
Couleur de ceinture	Noire	Noire	Noire	Noire	Noire ou Noire/rouge
<b>EXAMEN TECHNIQUE CLASSIQUE [ETC]</b>	<b>1<sup>er</sup> degré</b>	<b>2<sup>ème</sup> degré</b>	<b>3<sup>ème</sup> degré</b>	<b>4<sup>ème</sup> degré</b>	<b>5<sup>ème</sup> degré</b>
Nombre recommandé d'années de pratique	1 <sup>o</sup> junior : 4 saisons 1 <sup>o</sup> adulte : 3 saisons	1 <sup>er</sup> degré et 2 <sup>ème</sup> degré junior : Les épreuves d'examen pour un jeune sont identiques avec la mention de grade « junior » sur le diplôme			
Age plancher <sup>2</sup>	1 <sup>o</sup> junior : 14 ans 1 <sup>o</sup> adulte : 18 ans	2 <sup>o</sup> junior : 17 ans 2 <sup>o</sup> adulte : 18 ans	21	25	30
Grade requis et contrainte de temps entre chaque grade – voir « ceinture noire – dispositions générale <sup>2</sup> »	Marron ou l'équivalent depuis 1 an	1 <sup>o</sup> junior depuis 3 ans 1 <sup>o</sup> adulte depuis 2 ans	2 <sup>o</sup> junior depuis 4 ans 2 <sup>o</sup> adulte depuis 3 ans	3 <sup>o</sup> depuis 4 ans	4 <sup>o</sup> depuis 5 ans
<b>EXAMEN TECHNIQUE ADAPTÉ [ETA] POUR UN VÉTÉRAN (35 ANS &amp; +)</b>	<b>1<sup>er</sup> degré</b>	<b>2<sup>ème</sup> degré</b>	<b>3<sup>ème</sup> degré</b>	<b>4<sup>ème</sup> degré</b>	<b>5<sup>ème</sup> degré</b>
Age plancher	35	35	40	40	45
Grade requis – voir « ceinture noire – dispositions générale <sup>2</sup> »	Marron ou l'équivalent depuis 1 an	1 <sup>o</sup> depuis 1 an	2 <sup>o</sup> depuis 2 ans	3 <sup>o</sup> depuis 3 ans	4 <sup>o</sup> depuis 4 ans
<b>EXAMEN TECHNIQUE SPÉCIAL [ETS] POUR UN CADRE FÉDÉRAL, ATHLÈTE ÉMÉRITÉ<sup>4</sup> &amp; ENTRAÎNEUR DE CLUB ÉMÉRITÉ<sup>5</sup></b>	<b>1<sup>er</sup> degré</b>	<b>2<sup>ème</sup> degré</b>	<b>3<sup>ème</sup> degré</b>	<b>4<sup>ème</sup> degré</b>	<b>5<sup>ème</sup> degré</b>
Age plancher <sup>2</sup>	1 <sup>o</sup> junior : 15 ans 1 <sup>o</sup> adulte : 18 ans	2 <sup>o</sup> junior : 17 ans 2 <sup>o</sup> adulte : 18 ans	A : 19 ans & 6 mois B : 20 ans C : 20 ans et 6 mois	A : 23 ans et 6 mois B : 24 ans C : 24 ans et 6 mois	A : 28 ans et 6 mois B : 29 ans C : 29 ans et 6 mois
Grade requis – voir « ceinture noire – dispositions générale <sup>2</sup> »	Marron ou l'équivalent depuis 1 an	1 <sup>o</sup> junior depuis 2 ans 1 <sup>o</sup> adulte depuis 18 mois	2 <sup>o</sup> depuis 2 ans	3 <sup>o</sup> depuis 3 ans	4 <sup>o</sup> depuis 4 ans
<b>ACCESSION SANS EXAMEN POUR UN TITULAIRE D'UN FORT CAPITAL DE VICTOIRES &amp; DE TITRES DE HAUT NIVEAU [ATS]</b>	<b>1<sup>er</sup> degré</b>	<b>2<sup>ème</sup> degré</b>	<b>3<sup>ème</sup> degré</b>	<b>4<sup>ème</sup> degré</b>	<b>5<sup>ème</sup> degré</b>
Age plancher <sup>2</sup>	1 <sup>o</sup> junior : 15 ans 1 <sup>o</sup> adulte : 18 ans	2 <sup>o</sup> junior : 17 ans 2 <sup>o</sup> adulte : 18 ans	A : 19 ans & 6 mois B : 20 ans C : 20 ans et 6 mois	A : 23 ans et 6 mois B : 24 ans C : 24 ans et 6 mois	A : 28 ans et 6 mois B : 29 ans C : 29 ans et 6 mois
Grade requis – voir « ceinture noire – dispositions générale <sup>2</sup> »	Marron ou l'équivalent depuis 1 an	1 <sup>o</sup> junior depuis 2 ans 1 <sup>o</sup> adulte depuis 18 mois	2 <sup>o</sup> depuis 30 mois 2 <sup>o</sup> depuis 18 mois	3 <sup>o</sup> depuis 2 ans	4 <sup>o</sup> depuis 3 ans
<b>MODULES D'EXAMEN POUR UN EXAMEN TECHNIQUE CLASSIQUE [ETC]</b>	<b>1<sup>er</sup> degré</b>	<b>2<sup>ème</sup> degré</b>	<b>3<sup>ème</sup> degré</b>	<b>4<sup>ème</sup> degré</b>	<b>5<sup>ème</sup> degré</b>
Gestuelle	M1	M1 + M3	/	/	/
Combinaisons technico-tactiques	M1	M1	M1	M1	M1
Epreuve d'opposition (Sparring) ou formes martiales ou de défense	M2	M2	M2	M2	/
Connaissances	M3	M3	M3	M3 (Dossier d'étude)	M2 (Dossier d'étude)
Analyse d'une prestation	/	/	M3	M3	/
<b>FORMATION INITIALE POUR UN EXAMEN TECHNIQUE CLASSIQUE [ETC]</b>	<b>1<sup>er</sup> degré</b>	<b>2<sup>ème</sup> degré</b>	<b>3<sup>ème</sup> degré</b>	<b>4<sup>ème</sup> degré</b>	<b>5<sup>ème</sup> degré</b>
Durée des stages de préparation à l'examen	10 h		20 h - Condition nécessaire : le candidat doit être tutoré par un haut gradé pour la préparation de l'examen (ou validation)		
Implantation de la formation et de l'examen	Région		Interrégional		National
Formule de stage	Stage régional de préparation à la CN1 <sup>o</sup> & CN2 <sup>o</sup>		Regroupement interrégional de préparation à la CN3 <sup>o</sup> & CN4 <sup>o</sup>		Stage national de préparation à la CN5 <sup>o</sup>
Mission d'encadrement de stages de préparation de la C.N.	/	/	Assistant-formateur de prépa. 1 <sup>o</sup> & 2 <sup>o</sup> (Stage régional)	Formateur de prépa. 1 <sup>o</sup> & 2 <sup>o</sup> (Stage régional)	Assistant-formateur de prépa. 3 <sup>o</sup> & 4 <sup>o</sup> (Stage interrégional)

(1) Voir liste des formules au chapitre « Formules d'obtention de la C.N. et grades équivalents ». (2) Des réductions de temps de pratique entre chaque grade peuvent être accordées à des pratiquants pouvant attester d'un niveau remarquable de pratique et de connaissance d'une discipline martiale ou sportive. Voir le barème au chapitre « Dispositions générales pour l'obtention de la C.N. et grades équivalents ». (3) Voir au chapitre « Diplôme de recherche et d'innovation ». (4) Compétiteur disposant d'un palmarès conséquent (nombre de victoires, podiums et titres sportifs). (5) Entraîneur de club ayant formé lui-même des athlètes de haut niveau et des cadres fédéraux. (6) Athlète exceptionnel en nombre de victoires, podiums et titres de haut niveau.