

Examen du 4^{ème} Dan NIHON TAI JITSU		
Epreuves par Module		Noté sur
UV 1 Kihon	<p><u>Candidat avec partenaire</u></p> <p>Les 4 tai-sabaki fondamentaux à droite et gauche avec riposte par atémi.</p>	/30
UV 2 Epreuve combat	<p><u>Candidat avec partenaire KIHON IPPON KUMITE</u> Sur les 5 attaques par atémi, définies dans le règlement CNSGDK Défenses libres (atémis, projections, clés, étranglements et enchaînement au sol). Tori fait la série à droite puis la série à gauche. Les défenses sont différentes à droite et à gauche. Les parades et les ripostes sont directes et simples. Nota : Première attaque en SHUTO SHOMEN UCHI</p> <p><u>Candidat avec partenaire de l'école, choisi par le jury.</u> Randori à 4 de type SAN JYU KUMITE. 3 attaquants exécutent 3 séries d'attaques choisies par le jury (Total de 9 attaques).</p>	/30
UV 3 Kata	<p><u>Kata (d'expression personnelle).</u> En suivant un thème préalablement défini avec ou sans partenaire (Maximum de 10 mouvements) Une explication écrite succincte sera demandée avant l'épreuve.</p> <p><u>Candidat avec UN OU DEUX partenaires</u> 2 kata au choix du candidat parmi les suivants :</p> <ul style="list-style-type: none"> - NIHON TAI JITSU NO KATA YODAN - JU NI NO KATA - DAI NI NO KATA 	/30
UV 4 Epreuve Technique Spécifique	<p><u>Candidat avec partenaire</u></p> <p><u>Epreuve imposé :</u> Travail d'enchaînement à partir des techniques de saisie de poignet (techniques de base). Un minimum de 8 techniques parmi les 3 séries par atémi, clé et projection choisies par le candidat.</p> <p><u>Epreuve technique :</u> Défenses personnelles sur 10 attaques à droite et à gauche (face, latérales, arrière, sol et armes), demandées par le jury, dont 2 avec un Jo et 3 avec tanto et/ou tanbo.</p>	/30
TOTAL		/120

Tenue vestimentaire : Keigogi blanc sans distinction d'appartenance à un club. Est admis (sans obligation), la tenue « type Nihon Tai-Jitsu » avec écusson de la discipline sur la manche gauche et idéogramme Nihon Tai Jitsu sur le pan gauche de la veste et la ceinture noire à liseré rouge et or.