

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