



Tổng Cục Huấn Luyện Môn Phái Vovinam Việt võ đạo France

Règlement d'évaluation de niveau technique trung đẳng

Table des Matières

I.	<u>Evaluation de niveau traditionnelle</u>	4
	1. Niveau traditionnel	4
	2. Unités de l'évaluation	4
	3. Résultats	4
	4. Attestation de niveau traditionnel	4
II.	<u>Organisation</u>	5
	1. Comité d'organisation	5
	2. Évaluateurs	5
	3. Tables d'évaluation	5
	4. Tables de contrôle	5
	5. Réclamations	5
III.	<u>Inscription</u>	6
	1. Prérequis	6
	2. Dossier d'inscription	6
	3. Date limite d'inscription	6
	4. Tarif et paiement	6
	5. Temps minimums de pratique	6
	6. Présentation du candidat	6
IV.	<u>Déroulement de L'évaluation</u>	7
	1. Accueil des participants	7
	2. Retard et absence	7
	3. Equipements	7
	4. Echauffement	7
	5. Ouverture de l'évaluation	7
	6. Epreuves	7
	7. Feuilles de notation	8
	8. Clôture de l'évaluation	8
	9. Délibération	8
V.	<u>Unité: Tinh thần võ đạo (Morale et voie martiale)</u>	9
	TCHLMPVVF	2

1. Epreuves	9
2. Epreuve: comportement	9
3. Epreuve: connaissances théoriques sơ đẳng	9
4. Programme Théorique niveau sơ đẳng	10
5. Programme théorique niveau hoàng đai I	11
6. Programme théorique niveau hoàng đai II	11
7. Programme théorique niveau hoàng đai III	11
VI. <u>Unité: Võ thuật (Technique martiale)</u>	12
1. Epreuves	12
2. Critères générales de notation	12
3. Epreuve: Đòn luyện sơ đẳng	12
4. Epreuve: Đòn căn bản	12
5. Epreuve: Thế căn bản	13
6. Epreuve: Đòn Luyện	13
7. Epreuve: Song Luyện	14
8. Programme technique commun	15
9. Programme technique pour l'obtention du niveau hoàng đai I	17
10. Programme technique pour l'obtention du niveau hoàng đai II	19
11. Programme technique pour l'obtention du niveau hoàng đai III	21
VII. <u>Unité: Võ lực (Force martiale)</u>	23
1. Exemptions:	23
2. Epreuves	23
3. Epreuve: pompes vietnamienne	23
4. Epreuve: échange technique pieds poings	24
5. Epreuve: échange technique lutte	24
VIII. <u>Unité leadership et développement</u>	25
1. Epreuves:	25
2. Epreuve: leadership	25
3. Epreuve: développement	25

I. Evaluation de niveau traditionnelle

1. Niveau traditionnel

Code du sport Article L.212-5 « Dans les disciplines relevant des arts martiaux, nul ne peut se prévaloir d'un Dan ou d'un grade équivalent sanctionnant les qualités sportives et les connaissances techniques (...) s'il n'a pas été délivré par la commission spécialisée des Dans et grades équivalents de la fédération délégataire ».

L'association française TCHLMPVVF et sa commission des évaluations de niveaux traditionnelle ne délivrent pas un diplôme français attestant d'un dan d'état ou d'un đả̃ng (grade équivalent).

Les candidats sont évalués conformément au règlement de la commission des ENT et du règlement d'évaluations de niveau Trung đả̃ng du TCHLMPVVF. Une attestation de leur niveau traditionnelle sera remise à ceux qui auront satisfait aux attentes exigeantes des évaluateurs. Ce document reconnu en interne par l'association TCHLMPVVF peut servir de justificatif pour toute association ou autorité susceptible d'en apprécier sa singularité.

2. Unités de l'évaluation

L'évaluation est composée de 4 unités avec des coefficients différents conformément à l'article 47 du règlement du môn phá̃i Vovinam - Việt Võ Đả̃o

Tinh thần võ đả̃o (Morale et voie martiale)	coefficient 5
Võ thuật (Technique martiale)	coefficient 5
Võ lực (Force martiale)	coefficient 3
leadership et développement	coefficient 3

Les unités ne sont pas éliminatoires, seule la note totale de toutes les unités définit la réussite à l'évaluation.

3. Résultats

La note pour chaque unité est sur 20, la note finale de l'évaluation est sur 320.
Une note égale ou supérieure à 160 est nécessaire pour réussir l'évaluation.
Aucun repêchage n'est possible.

Le comité d'organisation se réunit pour valider les résultats de l'évaluation.
Résultats et notations (totaux d'unité uniquement) sont transmis par courrier électronique aux candidats au plus tard 7 jours après l'évaluation.

4. Attestation de niveau traditionnel

Une attestation de niveau traditionnel est remise en main propre au candidat après l'évaluation.
En cas d'impossibilité, l'attestation sera envoyée par courrier dans les 15 jours suivant l'évaluation.

II. Organisation

1. Comité d'organisation

Un comité d'organisation est désigné par la commission des évaluations de niveau technique (ENT) du Tổng Cục Huấn Luyện Môn Phái Vovinam Việt võ đạo France (TCHLMPVVF) pour chaque évaluation.

Composition du comité d'organisation :

- Un président
- Un vice-président
- Un secrétaire

Il organise et veille au bon déroulement de l'évaluation conformément au règlement de la commission ENT du TCHL et du règlement des évaluations techniques trung đẳng.

2. Évaluateurs

Les évaluateurs jugent les prestations des candidats.

Ils sont désignés par le comité d'organisation pour leurs compétences conformément au règlement de la commission des ENT du TCHLMPVVF.

3. Tables d'évaluation

Une Table d'évaluation est mise en place pour chaque épreuve de l'unité võ thuật.

Une ou plusieurs tables d'évaluation sont mises en place pour les épreuves échanges techniques et lutte de l'unité võ lực.

Le comité d'organisation répartit les évaluateurs sur les tables et désigne les chefs de table.

Une table d'évaluation est composée de un à trois évaluateurs selon les disponibilités.

Le chef de table est assis au centre de la table et lui seul s'adresse aux candidats.

4. Tables de contrôle

Une Table de contrôle est mise en place pour l'épreuve connaissance théorique sơ đẳng de l'unité tinh thần võ đạo.

Une ou plusieurs tables de contrôle sont mises en place pour l'épreuve force physique de l'unité võ lực.

Le comité d'organisation désigne les contrôleurs pour chaque table de contrôle.

Une table de contrôle est composée d'un ou plusieurs contrôleurs selon les besoins.

Les contrôleurs peuvent être des membres probatoires.

5. Réclamations

Toute réclamation doit être faite auprès du président du comité d'organisation.

III. Inscription

1. Prérequis

Prérequis pour s'inscrire à une évaluation trung đẳng du TCHLMPVVF:

- Etre membre du TCHLMPVVF au jour de l'inscription.
- Etre homologué ou reconnu de son niveau technique actuel par le TCHLMPVVF.
- Avoir le temps minimum de pratique requis depuis sa dernière évaluation.
- Etre présenté à l'évaluation par son professeur (membre titulaire du TCHLMPVVF).

2. Dossier d'inscription

Composition du dossier d'inscription:

- Une feuille d'inscription.
- une feuille de présentation et notation.
- La copie de son diplôme ou l'attestation du niveau technique.
- Le paiement.

Le dossier d'inscription doit être envoyé par le professeur au secrétaire du comité d'organisation par courrier ou une copie par courrier électronique, cependant la version originale sera demandée le jour de l'évaluation.

3. Date limite d'inscription

La date limite d'inscription est fixée à 5 jours avant l'évaluation. (Cachet de la poste faisant foi)

4. Tarif et paiement

Le tarif de l'évaluation est de 30 euros.

Le paiement doit être effectué

- Par chèque à l'ordre du TCHLMPVVF
- Par virement bancaire

ASSOCIATION TCHLMPVVF
IBAN : FR76 1330 6001 5023 0892 3446 811
BIC: AGRIFRPP833

5. Temps minimums de pratique

Les temps minimums de pratique entre chaque évaluation sont:

Hoàng đai => Hoàng đai I	1 an
Hoàng đai I => Hoàng đai II	2 ans
Hoàng đai II => Hoàng đai III	3 ans

Il s'agit plus de saisons que d'années au jour pour jour.

Exemple: un candidat ayant passé son niveau hoàng đai II le 7 juin 2020 peut se présenter pour son niveau hoàng đai III à l'évaluation du 5 juin 2022.

6. Présentation du candidat

Le candidat doit être présenté à l'évaluation par son professeur (membre titulaire).

Dans les cas où le professeur est membre probatoire, le professeur n'est pas membre TCHLMPVVF ou que le candidat est sans professeur, un membre Titulaire peut co-signer ou signer la présentation.

IV. Déroulement de L'évaluation

1. Accueil des participants

30 minutes avant l'évaluation, le comité d'organisation accueille les candidats qui se présente en võ phục et leur fait émarger la feuille de présence. Les candidats sont ensuite invités à s'échauffer.

2. Retard et absence

Tout retard et absence sont éliminatoires sans remboursement des frais d'inscription.

3. Equipements

Les candidats doivent se présenter avec leur võ phục bleu propre sur lequel est cousu l'écusson du Vovinam et leur prénom. Tout autre écusson et signes distinctifs de club sont à éviter.

Ils doivent aussi apporter leurs propres équipements pour les épreuves techniques et combats. (Gants ou mitaine, protège dents, coquille, plastron féminin, ainsi que toutes les armes dont ils auront besoin).

Les armes non inadéquates peuvent être refusées par les évaluateurs.

Aucun équipement ne sera mis à disposition des candidats par le comité d'organisation.

Les accessoires dangereux, bijoux, piercing, montres, ne doivent pas être portés durant l'évaluation.

4. Echauffement

Un échauffement individuel doit se faire avant le début de l'évaluation, aucun échauffement en commun ne sera organisé. Quand l'évaluation commence, les candidats doivent se présenter à la table d'évaluation dès qu'ils y sont appelés.

5. Ouverture de l'évaluation

Un salut traditionnel est effectué pour ouvrir l'évaluation.

Le président du comité d'organisation de l'évaluation présente aux candidats les évaluateurs et explique brièvement le déroulement de l'évaluation ainsi que l'ordre des épreuves.

6. Epreuves

Pour chaque épreuve les candidats sont repartis par groupe de niveau par le comité d'organisation.

Les groupes doivent rester assis près de la zone d'évaluation en position assise.

Le chef de table désigne le premier candidat pour qu'il se prépare. Ensuite il appelle ce candidat pour son évaluation et nomme le suivant pour qu'il se prépare. Les candidats qui se préparent sont les seuls à pouvoir se lever.

7. Feuilles de notation

Les feuilles de notation sont distribuées par le comité d'organisation à chaque évaluateur au début de chaque épreuve et sont récupérées à la fin celles-ci. Elle sont conservées par le comité pour le report des notes sur les feuilles de résultats dès l'épreuve terminée.

8. Clôture de l'évaluation

Une fois toutes les épreuves terminées le président réunit les candidats et le évaluateurs. il donne son impression générale sur l'évaluation puis un salut traditionnel est effectué pour clôturer l'événement.

9. Délibération

Une fois l'évaluation clôturer comité d'organisation se réunit pour délibérer des résultats.

V. Unité: Tinh thần võ đạo (Morale et voie martiale)

1. Epreuves

L'unité est composée de deux épreuves de même coefficient:

Comportement	coefficient 1
Connaissances théorique sơ đẳng	coefficient 1

Une troisième épreuve de connaissance théorique par niveau sera mise en place ultérieurement.

2. Epreuve: comportement

a/ Déroulement de l'épreuve:

L'épreuve est en contrôle continu.

Au moment de l'inscription du candidat, son professeur le note, en fonction de son comportement, dans l'espace qui lui est réservé sur la feuille de présentation.

b/ Notation

L'épreuve est notée sur 20

c/ Critères de notation:

Le professeur évalue le candidat selon les critères suivant:

- Politesse et savoir vivre.
- Présences et assiduité.
- Convivialité et entraide .
- Bienveillance et protection.

Cependant la note finale peut être réévaluée par le comité d'organisation pour harmonisation ou pénalités.

d/ Pénalités

Si pendant l'évaluation, le comportement du candidat n'est pas adapté, le comité d'organisation peut décider de lui soustraire des points sur la note de l'épreuve. La sanction est à la discrétion du comité d'organisation.

3. Epreuve: connaissances théoriques sơ đẳng

a/ Déroulement de l'épreuve:

Les candidats sont rassemblés pour répondre à un questionnaire à choix multiples de 30 minutes. il est composé de 20 questions sur tout le programme des connaissances théoriques sơ đẳng.

Les candidats doivent être munis d'un stylo noir ou bleu. Aucun stylo ne sera prévu pour les candidats.

b/ Notation

l'épreuve est notée sur 20

b/ Critères de notation:

1 point est attribué par bonne réponse.

4. Programme Théorique niveau sơ đẳng

- Cherchons à comprendre les généralités sur le Vovinam-Việt Vô Dao
- Signification de la façon de saluer appelée "Nghien lê" la main d'acier, le cœur de bonté.
- Apprendre par cœur les dix principes fondamentaux et leurs significations générales.
- Conception de l'art martial
- Les vertus des adeptes du Vovinam-Việt Vô Dao
- Signification des couleurs des ceintures, des divers grades, de l'écusson, du drapeau de l'école.
- Quelques traits sur les Maîtres Fondateur et Patriarche de l'Ecole.
- Signification profonde des dix principes fondamentaux :
Aspiration - Buts - Devoir - Solidarité - Discipline de la voie de l'art martial - Orientation de l'entraînement - But de la vie - La volonté - Les habitudes de pensée et de perception - Recherche du progrès.
- Introduction de l'art martial et de la voie de l'art martial.
- Les legs nationaux (Français et vietnamiens), les secrets retransmis de génération en génération, le but et les principes directeurs du Vovinam-Việt Vô Dao
- Brève introduction du principe de : « L'harmonie entre la force et la souplesse »
- Les manières de l'adaptation du Vovinam-Việt Vô Dao.
- La progression traditionnelle de l'art martial de l'humanité.
- Les différentes époques de la création de l'art martial.
- La tradition des études sur l'art martial vietnamien.
- Les qualités.
- Analyse des similitudes et des différences entre l'esprit chevaleresque des Japonais, des Vietnamiens et des Chinois.
- Conception du Vovinam sur le modèle du chevalier moderne.
- Les douze règles de perfectionnement pour les applications pratiques pour le pratiquant de Vovinam-Việt võ đạo.

5. Programme théorique niveau hoàng đai I

- Le sentiment du Vovinam-Việt võ đạo envers soi-même, sa famille, l'école, les amis et les ennemis, le compatriote, la patrie, le genre humain.
- Conception de l'amour, psychologie de l'homme et de la femme.

6. Programme théorique niveau hoàng đai II

- La manière de vivre du Vovinam-Việt võ đạo.
- Le savoir vivre.
- Gestion – Direction – Commandement

7. Programme théorique niveau hoàng đai III

- Les caractéristiques culturelles dans l'art martial vietnamien.
- Le principe de "L'harmonie entre la force et la souplesse ».

VI. Unité: Võ thuật (Technique martiale)

1. Epreuves

L'unité est composée de cinq épreuves:

Đòn luyện sơ đẳng - Une forme individuelle niveau inférieur	coefficient 2
Đòn căn bản - Les bases	coefficient 1
Thế căn bản - Les techniques de base	coefficient 4
Đòn Luyện - Les formes individuelles	coefficient 4 ou 6 (2 par forme)
Song Luyện - Les formes à deux	coefficient 4 ou 2 (2 par forme)

2. Critères générales de notation

La notation ne se fait pas sur la connaissance mais sur la pratique, c'est donc celle-ci qui est évaluée. Cependant la méconnaissance de son programme ou les oublis peuvent conduire à des pertes de point.

3. Epreuve: Đòn luyện sơ đẳng

a/ Déroulement de l'épreuve:

Le candidat se présente seul à la table d'évaluation quand il est appelé par celle ci pour y tirer au sort la forme qu'il devra effectuer.

Ensuite ce place face à la table pour exécuter la forme.

b/ Notation

Chaque critère est noté sur 5 points , la note totale de l'épreuve est sur 20

c/ Critères de notation:

Les critères de notation sont:

- Position et déplacement (stabilité et équilibre)
- Force et souplesse dans l'exécution des mouvements
- Rythme et compréhension de la forme
- Style

4. Epreuve: Đòn căn bản

a/ Déroulement de l'épreuve:

Le candidat se présente seul devant la table d'évaluation quand il est appelé par celle ci.

Le chef de table Interroge le candidat sur 10 mouvements de base en vietnamien. Si le candidat ne comprend ou exécute une autre base que celle demandée le chef de table doit lui redemander en français mais la note est divisée par deux. Si le mouvement n'est toujours pas effectuée la note est 0.

b/ Notation

Chaque base demandée est notée sur 10 points (sans décimales), la note totale de l'épreuve est est une moyenne de de toutes les notes des techniques sur 20

c/ Critères de notation:

Les critères ne notation sont

- Compréhension des noms vietnamien

TCHLMPVVF

- Exécution des bases

5. Epreuve: Thế căn bản

a/ Déroulement de l'épreuve:

Le candidat se présente avec son partenaire devant la table d'évaluation quand il est appelé par celle-ci. Le chef de table Interroge le candidat sur les techniques de base.

15 techniques du programme du candidat et 5 sur les programmes précédents sont demandées. Les techniques sont demandées dans le désordre (pieds-poings et armes mélangés) en vietnamien puis en français.

b/ Notation

Chaque technique demandé est noté sur 10 points (sans décimale), la note totale de l'épreuve est une moyenne de de toutes les notes des techniques sur 20

c/ Critères de notation:

Chaque technique est notée sur la distance, la force, la souplesse, l'efficacité.

Pour tout oubli ou erreur la technique est redemandé par le chef de table, si la technique est effectuée la seconde fois sa note est divisée par deux, si la technique n'est toujours pas effectuée la note est 0.

d/ Exemptions đòn chậ̃n tấ̃n công:

Les candidats de plus de quarante ans sont exemptés de đòn chậ̃n tấ̃n công (ciseaux).

Les candidats de moins de quarante ans ne souhaitant pas faire de đòn chậ̃n tấ̃n công pour cause de gabarit ou blessure doivent le faire savoir à la table d'évaluation, mais un 0 leur sera attribué pour une technique non effectuée.

6. Epreuve: Đòn Luyện

a/ Déroulement de l'épreuve:

Le candidat se présente seul devant la table d'évaluation quand il est appelé par celle-ci pour y exécuter la forme.

les candidats sont appelés pour une seule forme à la fois.

b/ Notation

chaque critère est noté sur 5 points , la note totale de l'épreuve est sur 20

En cas d'oubli(s) ou et erreur(s) l'évaluateur peut attribuer une sanction sur la note finale de 1 à 5 points maximum.

c/ Critères de notation:

Les critères de notation sont:

- Position et déplacement (stabilité et équilibre)
- Force et souplesse dans l'exécution des mouvements
- Rythme et compréhension de la forme
- Style

7. Epreuve: Song Luyện

a/ Déroulement de l'épreuve:

Le candidat se présente avec son partenaire devant la table d'évaluation quand il est appelé par celle-ci pour y exécuter la forme.

les candidats sont appelés pour une seule forme à la fois.

b/ Notation

chaque critère est noté sur 5 points , la note totale de l'épreuve est sur 20.

En cas d'oubli(s) ou de erreur(s) l'évaluateur peut attribuer une sanction sur la note finale de 1 à 5 points maximum.

c/ Critères de notation:

Les critères de notation sont:

- Harmonie entre les partenaires
- Efficacités des échanges
- Rythme et cohérence
- Style et chutes

8. Programme technique commun

A/ Epreuve: Đòn luyện sơ đẳng (formes individuels niveau inférieur)

Thập Tự Quyền	Forme de la croix
Long Hồ Quyền	Forme du dragon et du tigre
Tứ Trụ Quyền	Forme des quatre piliers

b/Epreuve: Đòn căn bản (bases)

Chém cạnh tay số 1	Sabre n°1
Chém cạnh tay số 2	Sabre n°2
Chém cạnh tay số 3	Sabre n°3
Chém cạnh tay số 4	Sabre n°4
Đấm thẳng	coup de poing direct
Đấm móc	coup de poing crochet
Đấm lao	coup de poing jeté (javelot)
Đấm múc	coup de poing montant
Bắt ngược	Revers couché
Phạt ngang	frappe laterale
Gạt cạnh tay số 1	blocage n°1
Gạt cạnh tay số 2	Blocage n°2
Gạt cạnh tay số 3	Blocage n°3
Gạt cạnh tay số 4	Blocage n°4
đánh chỏ số 1	coup de coude n°1
đánh chỏ số 2	coup de coude N2
đánh chỏ số 3	coup de coude n°3
đánh chỏ số 4	coup de coude n°4
đánh chỏ số 5	coup de coude n°5
đánh chỏ số 6	coup de coude n°6
đánh chỏ số 7	coup de coude n°7
đánh chỏ số 8	coup de coude n°8
Đá thẳng	coup de pied direct
Đá tạt	coup de pied giflé

Đá cạnh	coup de pied de coté
Đạp	écrasé du pied latéral
đánh gối số 1	coup de genoux n°1
đánh gối số 2	coup de genoux n°2
đánh gối số 3	coup de genoux n°3
đánh gối số 4	coup de genoux n°4
Trung bình tấn	Position centrale
Lập tấn	position debout
Đình tấn	position du clou
Trảo mã tấn	position de la patte de cheval
Hồi tấn	position de retour
Tam giác tấn	position du Triangle
Bát cước tấn	positon des pieds en huit
Quy tấn	position a genoux
Tọa tấn	position assise
Độc cước tấn	position sur un pied
Cung tiễn tấn	Positon de l'archer
Xà tấn	position du serpent
Hổ tấn	position du tigre
Hạc tấn	position de la grue

Des bases supplémentaires seront rajoutées ultérieurement pour compléter la liste.

9. Programme technique pour l'obtention du niveau hoàng đai I

a/ *Epreuve: The căn bản (Techniques de base)*

• 15 *Thế phản Đòn căn bản trình do 3 (Contre-attaques niveau 3)*

Thế phản đấm thẳng phải số 3	Technique de contre du coup de poing direct n°3
Thế phản đấm thẳng phải số 4	Technique de contre du coup de poing direct n°4
Thế phản đấm thẳng phải số 5	Technique de contre du coup de poing direct n°5
Thế phản đấm thẳng phải số 6	Technique de contre du coup de poing direct n°6
Thế phản đấm thẳng phải số 7	Technique de contre du coup de poing direct n°7
Thế phản đấm móc phải số 3	Technique de contre du coup de poing crochet n°3
Thế phản đấm móc phải số 4	Technique de contre du coup de poing crochet n°4
Thế phản đấm móc phải số 5	Technique de contre du coup de poing crochet n°5
Thế phản đấm móc phải số 6	Technique de contre du coup de poing crochet n°6
Thế phản đấm móc phải số 7	Technique de contre du coup de poing crochet n°7
Thế phản đấm hai tay số 3	Technique de contre du double coup de poing n°3
Thế phản đấm hai tay số 4	Technique de contre du double coup de poing n°4
Thế phản đấm hai tay số 5	Technique de contre du double coup de poing n°5
Thế phản đấm hai tay số 6	Technique de contre du double coup de poing n°6
Thế phản đấm hai tay số 7	Technique de contre du double coup de poing n°7

• 5 *Thế chiến lược (5 Techniques d'assauts)*

Thế chiến lược số 21	Technique d'assaut n°21
Thế chiến lược số 22	Technique d'assaut n°22
Thế chiến lược số 23	Technique d'assaut n°23
Thế chiến lược số 24	Technique d'assaut n°24
Thế chiến lược số 25	Technique d'assaut n°25

• 12 Thế tay không đọt dao găm (12 Techniques mains nues contre de couteau)

Thế tay không đọt dao số 1	Technique mains nues contre couteau n°1
Thế tay không đọt dao số 2	Technique mains nues contre couteau n°2
Thế tay không đọt dao số 3	Technique mains nues contre couteau n°3
Thế tay không đọt dao số 4	Technique mains nues contre couteau n°4
Thế tay không đọt dao số 5	Technique mains nues contre couteau n°5
Thế tay không đọt dao số 6	Technique mains nues contre couteau n°6
Thế tay không đọt dao số 7	Technique mains nues contre couteau n°7
Thế tay không đọt dao số 8	Technique mains nues contre couteau n°8
Thế tay không đọt dao số 9	Technique mains nues contre couteau n°9
Thế tay không đọt dao số 10	Technique mains nues contre couteau n°10
Thế tay không đọt dao số 11	Technique mains nues contre couteau n°11
Thế tay không đọt dao số 12	Technique mains nues contre couteau n°12

b/ Épreuve: Đòn Luyện (formes individuels)

Ngũ môn quyền	Forme des cinq portes
Song dao pháp	Forme des doubles couteaux

c/ Épreuve: Song Luyện (Formes à deux)

Song luyện số 2	Forme à deux n°2
Song luyện dao	Forme à deux au couteau

10. Programme technique pour l'obtention du niveau hoàng đai II**a/Epreuve: The căn bản (Techniques de base)****• 5 Thế đòn chân tấn công**

đòn chân tấn công số 10	Ciseaux n°10
đòn chân tấn công số 11	Ciseaux n°11
đòn chân tấn công số 12	Ciseaux n°12
đòn chân tấn công số 13	Ciseaux n°13
đòn chân tấn công số 14	Ciseaux n°14

• 12 Thế khóa gỡ

Bóp cổ trước số 3	étranglement par devant n°3
Bóp cổ sau số 2	étranglement par derrière n°2
Khoá nghẹt cổ trước	Clés asphyxiantes par devant
Khoá nghẹt cổ sau	Clés asphyxiantes par derrière
Khoá cổ ngang	Clés asphyxiantes de côté
Nắm tay cùng bên số 2	saisie du poignet du même côté n°2
Nắm tay khác bên số 2	saisie du poignet du côté opposé n°2
2 tay nắm 2 tay trước số 2	saisie des deux poignets par devant n°2
2 tay nắm 1 tay trước số 2	saisie d'un poignet à deux mains par devant N°2
2 tay nắm 2 tay sau số 2	saisie des deux poignets par derrière n°2
Khóa sau vòng gáy số 2	Cles d'épaule et nuque par derrière n°2
Khóa tay lay dao găm	Cles de mains pour prendre un couteau

• 5 Thế chiến lược (5 Techniques d'assauts)

Thế chiến lược số 26	Technique d'assaut n°26
Thế chiến lược số 27	Technique d'assaut n°27
Thế chiến lược số 28	Technique d'assaut n°28
Thế chiến lược số 29	Technique d'assaut n°29
Thế chiến lược số 30	Technique d'assaut n°30

• 15 Thế Kiểm thực dụng (15 techniques d'épée élémentaires)

Thế kiếm số 1	Technique d'épée n°1
Thế kiếm số 2	Technique d'épée n°2
Thế kiếm số 3	Technique d'épée n°3
Thế kiếm số 4	Technique d'épée n°4
Thế kiếm số 5	Technique d'épée n°5
Thế kiếm số 6	Technique d'épée n°6
Thế kiếm số 7	Technique d'épée n°7
Thế kiếm số 8	Technique d'épée n°8
Thế kiếm số 9	Technique d'épée n°9
Thế kiếm số 10	Technique d'épée n°10
Thế kiếm số 11	Technique d'épée n°11
Thế kiếm số 12	Technique d'épée n°12
Thế kiếm số 13	Technique d'épée n°13
Thế kiếm số 14	Technique d'épée n°14
Thế kiếm số 15	Technique d'épée n°15

b/ Epreuve: Đòn Luyện (formes individuels)

Viên Phương Quyền	Forme du Rond et du carré
Tinh Hoa Lương Nghi Kiếm Pháp	Forme d'épée de la quintessence de la dualité
Nhu Khí Công Quyền số 2	Forme de souplesse et respiration n°2

c/ Epreuve: Song Luyện (Formes à deux)

Song Luyện số 3	Forme à deux n°3
-----------------	------------------

11. Programme technique pour l'obtention du niveau hoàng đai III**a/Epreuve: The căn bản (Techniques de base)****• 7 Thế đòn chân tấn công**

đòn chân tấn công số 15	Ciseaux n°15
đòn chân tấn công số 16	Ciseaux n°16
đòn chân tấn công số 17	Ciseaux n°17
đòn chân tấn công số 18	Ciseaux n°18
đòn chân tấn công số 19	Ciseaux n°19
đòn chân tấn công số 20	Ciseaux n°20
đòn chân tấn công số 21	Ciseaux n°21

• 8 Thế vật cơ bản

Thế vật số 11	Technique de lutte n°11
Thế vật số 12	Technique de lutte n°12
Thế vật số 13	Technique de lutte n°13
Thế vật số 14	Technique de lutte n°14
Thế vật số 15	Technique de lutte n°15
Thế vật số 16	Technique de lutte n°16
Thế vật số 17	Technique de lutte n°17
Thế vật số 18	Technique de lutte n°18

• 12 Thế tay thước

Thế tay thước số 1	Technique de règle n°1
Thế tay thước số 2	Technique de règle n°2
Thế tay thước số 3	Technique de règle n°3
Thế tay thước số 4	Technique de règle n°4
Thế tay thước số 5	Technique de règle n°5
Thế tay thước số 6	Technique de règle n°6
Thế tay thước số 7	Technique de règle n°7
Thế tay thước số 8	Technique de règle n°8
Thế tay thước số 9	Technique de règle n°9

Thế tay thước số 10	Technique de règle n°10
Thế tay thước số 11	Technique de règle n°11
Thế tay thước số 12	Technique de règle n°12

b/ Epreuve: Đòn Luyện (formes individuels)

Thập thế bát thức quyền	Forme des 10 techniques de 8 mouvements
Lão mai quyền	Forme du vieux prunier

c/ épreuve: Song Luyện (Formes à deux)

Bài đấu vật số 2	Forme à deux de lutte n°2
Song luyện kiếm	Forme à deux d'épée

VII. Unité: Võ lực (Force martiale)

1. Exemptions:

les candidats de quarante ans ou plus au jours de l'examen sont exemptés de cette unité.

2. Epreuves

L'unité est composés de trois épreuves de coefficient différent :

Pompes vietnamiennes	coefficient 1
Echanges techniques pieds-poings	coefficient 3
Echanges techniques lutte	coefficient 3

Plusieurs épreuves supplémentaires seront mises en place ultérieurement.

3. Epreuve: pompes vietnamienne

a/ Le déroulement de l'épreuve:

Le candidat se présente seul devant la table de contrôle quand il est appelé par celle ci. le contrôleur demande au candidat de commencer et compte le nombre de pompe correctement exécutée.

b/ La notation

Chaque pompe effectuée correctement rapporte des points, la note totale de l'épreuve est sur 20

c/ Les critères de notation:

Les pompes sont considérés comme effectuées correctement quand:

- La pompe de bras est effectuée contrôlée sans toucher le sol avec le ventre
- Le saut est suffisamment haut et les mains touchent les pieds

Tout arrêt de plus de 5 secondes mets fin à l'épreuve

d/ Barème de notation:

Sexe	nombre de pompe maximum	points par pompe
Homme	50	0,50 point par pompe a partir de la onzième.
Femme	40	0,50 point par pompe

4. Epreuve: échange technique pieds poings

a/ Déroulement de l'épreuve:

l'épreuve est composé de trois échanges technique de 2 minutes

Les candidats se présentent devant la table d'évaluation quand il sont appelés par celle-ci. Le

Un arbitre gère l'échange pour son bon déroulement.

b/ Notation

Chaque échange est noté sur 20 , la note totale de l'épreuve est une moyenne des notes des trois échanges sur 20

c/ Critères de notation:

Les échanges technique ne sont pas noté sur la supériorité d'un candidat sur un autre.
aucun vainqueur n'est désigné après l'échange.

Les critères de notation sont:

- La gestion des distances
- La gestion de l'espace
- La capacité d'attaquer
- La capacité à se défendre
- l'endurance

5. Epreuve: échange technique lutte

a/ Déroulement de l'épreuve:

l'épreuve est composé de trois échanges technique de 2 minutes

Les candidats se présentent devant la table d'évaluation quand il sont appelés par celle-ci. Le

Un arbitre gère l'échange pour son bon déroulement.

b/ Notation

Chaque échange est noté sur 20 , la note totale de l'épreuve est une moyenne des notes des trois échanges sur 20

c/ Critères de notation:

Les échanges technique ne sont pas noté sur la supériorité d'un candidat sur un autre.
aucun vainqueur n'est désigné après l'échange.

Les critères de notation sont:

- La capacité à saisir son adversaire
- La gestion de l'espace
- La capacité d'attaquer
- La capacité à se défendre
- l'endurance

VIII. Unité leadership et développement

1. Epreuves:

L'unité est composée de deux épreuves au même coefficient:

Leadership	coefficient 1
Développement	coefficient 1

2. Epreuve: leadership

a/ Déroulement de l'épreuve:

L'épreuve est en contrôle continu.

Au moment de l'inscription du candidat, son professeur le note, en fonction de son comportement, dans l'espace qui lui est réservé sur la feuille de présentation.

b/ Notation

L'épreuve est notée sur 20

c/ Critères de notation:

Le professeur évalue le candidat selon les critères suivant:

- Participe à la cohésion de son club.
- Motive et encourage les personnes au sein de son club.
- Ecoute et règle les problèmes au sein de son club.
- Encourage les membres de son club à participer à des événements externes.

Cependant la note finale peut être réévaluée par le comité d'organisation pour harmonisation.

3. Epreuve: développement

a/ Déroulement de l'épreuve:

L'épreuve est en contrôle continu.

Au moment de l'inscription du candidat, son professeur le note, en fonction de son comportement, dans l'espace qui lui est réservé sur la feuille de présentation.

b/ Notation

L'épreuve est notée sur 20

c/ Critères de notation:

Le professeur évalue le candidat selon les critères suivant:

- Participation aux événements promotionnels (démonstrations, distribution de flyers,...)
- Implication dans l'enseignement (assiste, enseigne un groupe ou une classe, gère un club)
- Participation à la gestion administrative de son club
- Participation à la gestion et développement de comité, ligue, fédération ou du TCHL.

Cependant la note finale peut être réévaluée par le comité d'organisation pour harmonisation.