



CONDITIONS ET PROGRAMME D'ÉVALUATION DES GRADES

IBA France



Les grades de **l'International Budo Association** sont reconnus par la Fédération Mondiale de Karaté.

Ce programme a pour but d'uniformiser les examens et de préparer le candidat pour la réussite à son passage de grades.

Le jury sera libre de sélectionner dans chaque programme les exercices appropriés au candidat.

L'âge du candidat, son passé de pratiquant et/ou d'enseignant, son engagement pour le développement du karaté IBA, seront pris en compte par les examinateurs.

Les professeurs de chaque RYU (Ecole) pourront faire les évaluations de grades dans leurs clubs après avis favorable du directoire technique IBA et de la Commission des Grades.

Ils devront respecter les délais entre chaque grade ainsi que l'âge requis du candidat.

Les examinateurs doivent avoir 2 dans de plus que le grade postulé par le candidat.

Les candidats doivent présenter l'autorisation de leur professeur à chaque examen.

La Commission des Grades IBA
France

AGE limite et délais entre chaque grade

- SHODAN : 16 ans révolus et 1 an 1^{er} KYU (ceinture marron)
- NIDAN : 2 ans après obtention SHODAN
- SANDAN : 3 ans après obtention NIDAN
- YONDAN : 4 ans après obtention SANDAN
- GODAN : 5 ans après obtention YONDAN
- ROKUDAN : 6 ans après obtention GODAN

Les candidats **KYOSHI ROKUDAN** (6^{ème} Dan) : âge limite de 40 ans et justification d'un minimum de 20 années au niveau de ceinture noire.

Ils devront présenter un mémoire sur le thème de leur choix en concertation avec la commission des grades.

PROGRAMME examen SHODAN

1. KIHON

- Oi zuki (jo) (ch) ZKD
- Sanbon ren tsuki (jo) // (ch) / (ch) ZKB
- Kizami Tsuki — Sanbon ren tsuki (jo) // (jo) // (ch) (ch)
- ← Age Uke — Mae geri / gyaku tsuki (jo) // + (ch)/(ch) 2KD
- ← Uchi Ude Uke = Kisami Mawashi Geri = Uraken Uchi —
Gyaku Tsuki (ch) // (ch) // (jo) KKD + ZKD
- ← Shuto Uke = Kisami Mae Geri — Gyaku Nukite (ch) // (ch) / (ch) KKD + ZKD
- Mawashi Geri + / Gyaku Tsuki (jo) FDD (ch) ZKD
- Mae ren Geri (ch) / (jo) ZKD
- Yoko Geri Kekomi (Kosa Dachi) → Yoko Geri Keage (ch) (jo)
- Mae Geri — Yoko Geri Kekomi — Mawashi Geri — Ushiro Geri
(ch) // (ch) // (jo) // (ch)
- Mae Geri = Mawashi Geri (ch) / (jo)
 - + San po Geri : Mae Geri = Ushiro Geri = Yoko Geri
 - + Shiho Gyaku Tsuki
 - + Shiho Empi
 - + Gyaku Tsuki Test Contrôle

2. KUMITE

- *KI HON IPPON KUMITE
- *JYU IPPON KUMITE
- *JYU KUMITE



YAKUSOKU KUMITE

3. KATA

- *TOKUI KATA dans la liste + Bunkai
- *SHITEI KATA si nécessaire

PROGRAMME examen NIDAN

1. KIHON

- Même Programme que SHODAN +

Kisami Tsuki — Age Uke — Mawashi Geri = Uraken Uchi — Oi Zuki

→ (jo) ← (jo) // → (jo) // + (jo) / (ch)

→ Kisami Mawashi Geri / Gyaku Tsuki (avec Suri Ashi) //

+ Ura Mawashi Geri / Gyaku Tsuki (jo) (ch) → Ushiro Mawashi Geri / Gyaku Tsuki (jo) (ch)

Shi Ho Geri : Mae = Ushiro = Yoko = Mawashi

Shi Ho Empi

2. KUMITE

JYU IPPON KUMITE

OKURI JYU IPPON KUMITE

JYU KUMITE



YAKUSOKU KUMITE

3. KATA

*TOKUI Kata dans la liste + Bunkai

*Shitei Kata si nécessaire

PROGRAMME Examen SANDAN

1. KIHON

- Idem Examen Nidan

2. KUMITE

JYU IPPON KUMITE
KAESHI IPPON KUMITE
OKURI JYU IPPON KUMITE
JYU KUMITE



YAKUSOKU KUMITE

3. KATA

*TOKUI KATA dans la liste + bunkai

*Shitei Kata si nécessaire

LEGENDE

→ : MAE : en avant

← : SAGARU : en arrière

(jo) : Jodan

(ch) : Shudan

ZKD : Zenkutsu Dachi

KKD : Kokutsu Dachi

KBD : Kiba Dachi

FDD : Fudo Dachi (sochin dachi)

+ : Sans déplacement

// : Combinaison

/ : Les techniques se suivent

— : Combinaison

= : Combinaison même côté

TOKUI KATA : Kata Libre

SHITEI KATA : Kata Imposé

BUNKAÏ : Application combat ou self défense (Goshin Jutsu) des techniques du Kata

YAKUSOKU KUMITE : Attaque et niveau annoncé par tori

OKURI JYU IPPON KUMITE : Tori annonce le niveau et la technique de la 1^{ère} attaque UKE Bloque et contre. Tori fait 2^{ème} attaque sans annonce

KAESHI IPPON KUMITE :

Partenaires en Shizentaï (yoï). Tori annonce le niveau et la technique. UKE Bloque et contre-attaque en avançant.

LISTE DES KATAS DEMANDES PAR GRADE

1^{er} Dan : 5 Heian
Tekki Shodan
Bassaï Dai

2^{ème} Dan : KANKU Dai
Tekki Nidan
Jion
Empi

3^{ème} Dan : Hangetsu
Gankaku
Jitte
Tekki Sandan

4^{ème} Dan : Bassaï Sho
Kanku Sho
Jiin
Nijushiho
Sochin

5^{ème} Dan : Unsu
Chinte
Wankan
Gojushiho Sho
Gojushiho Dai
Meikyo

Le candidat présente le Kata de son choix (Sentei kata ou Tokui kata) dans la liste correspondante au niveau de grade présenté.

Le jury peut demander un autre kata imposé (Shitei Kata) dans cette même liste.

NOMS DES KATAS	TRADUCTION	ANCIEN NOM
TAIKYOKU	Efficacité ultime, totale ou étudier sans relâche, limites	
TEN-NO-KATA	Kata de l'univers 2 formes : OMOTE (en solitaire) URA (avec partenaire)	
HEIAN	Longue Paix, tranquillité	PINAN
TEKKI	Cavalier de fer	NAIHANCHI
BASSAI	Détruire le mur, la forteresse	PASSAI
KANKU	Regard vers le ciel	KUSHANKU
EMPI	Le vol de l'hirondelle	WANSHU
HANGETSU	Demi-Lune	SEISHAN
JION	Amour et Bonté	Nom d'un temple chinois
JIIN	Amour et Ombre	Nation issue du bouddhisme
JITTE	Dix Mains	Même groupe JION JIIN
SOCHIN	Force et Tranquillité	HAKKO
NI JU SHI HO	Vingt-quatre pas	NI SEI SHI
MEIKYO	Miroir clair	ROHAI
GANKAKU	Grue sur le rocher	CHINTO
WANKAN	Roi et Couronne	Kata le plus court du shotokan / 1 seul kiaï
GOJU SHI HO	Cinquante-quatre pas	HOKATU
CHINTE	Main rare, exceptionnelle	CHINTEI
UNSU	Mains dans les nuages	