

REGLEMENT DU 25 MARS 2018 SUR LES GRADES DAN ET KYU JUJITSU, TAIJITSU, NIHON TAIJITSU, KYUSHO JITSU ET BRAZILIAN JIUJITSU

Approuvé le 11.4.2018 par le Comité Directeur sur avis de la Commission Technique Jujitsu/Taijitsu

Il pourra être modifié et adapté par la Commission Technique en cas de besoin. Toute modification sera également soumise au Comité-Directeur de la FLAM pour approbation.

L'échelle hiérarchique des grades DAN représentant les différents niveaux de progression en Jujitsu suivant les 3 grands objectifs

- Le SHIN, c'est... l'esprit, le mental
- Le GI, c'est... la technique: elle potentialise les qualités physiques (TAI).
- Le TAI, c'est... le corps, les qualités physiques, équilibre, souplesse, force, résistance, endurance, vitesse.

Règlement sur la hiérarchie et les conditions de promotion aux grades :

L'échelle hiérarchique des grades qui représente, par ordre croissant les différents niveaux de progression dans les connaissances, est arrêtée uniformément pour tous les styles comme suit.

Les grades KYU :

6^{ième} KYU – ceinture BLANCHE, 5^{ième} KYU – ceinture JAUNE, 4^{ième} KYU – ceinture ORANGE,
3^{ième} KYU – ceinture VERTE, 2^{ième} KYU – ceinture BLEUE, 1^{er} KYU – ceinture MARRON

Les grades de l'échelon KYU sont décernés au niveau club par un moniteur agréé qui se laissera guider par les critères d'ordre général ou indicatifs prescrits ou préconisés par la F.L.A.M.

Temps de pratique approximatifs requis :

6^{ième} au 5^{ième} KYU – 4 mois 5^{ième} au 4^{ième} KYU – 6 mois 4^{ième} au 3^{ième} KYU – 8 mois
3^{ième} au 2^{ième} KYU – 10 mois 2^{ième} au 1^{er} KYU – 1 an

Les clubs peuvent également délivrer des ceintures à deux couleurs pour marquer un stade intermédiaire entre deux KYU.

Les temps de pratique approximatifs préconisés ci-dessus s'entendent à raison de deux entraînements hebdomadaires dont chacun d'une durée minimale d'une heure et demie.

Des délais sont imposés entre la présentation des grades successifs. Ces délais ne correspondent pas à des périodes inactives, mais au temps d'entraînement minimum.

Les grades DAN :

1^{er} au 5^{ième} Dan portent la ceinture NOIRE,

6^{ième} au 8^{ième} Dan portent le ceinture ROUGE et BLANCHE ou la ceinture NOIRE,

9^{ième} et 10^{ième} DAN peuvent porter la ceinture ROUGE ou NOIRE.

Grades	Durée minimale de pratique du grade	minimum d'années de pratique
1. Dan	-	3 ans
2. Dan	2 ans	5
3. Dan	3	8
4. Dan	4	12
5. Dan	5	17
6. Dan	6	23
7. Dan	7	30

8. Dan	8	38
9. Dan	Décision FLAM	Décision FLAM
10. Dan	Décision FLAM	Décision FLAM

Organisation des examens au 1^{er} Dan et suivants :

La FLAM est seule habilitée à faire passer des épreuves supérieures au 1^{er} Kyu. Ces épreuves sont organisées selon besoin.

La Commission des Grades est proposée par la Commission Jujitsu/Taijitsu au Comité –Directeur qui devra y donner son accord.

La tenue des sessions ordinaire tant qu’extraordinaires est à porter à la connaissance des associations membres suffisamment à l’avance, soit par publication au calendrier sportif, soit par toute autre voie appropriée. Il appartient aux associations d’en informer les éventuels candidats.

Le Comité Directeur a la latitude de déléguer un ou plusieurs observateurs aux examens. Si elle s’avère nécessaire, l’exclusion du public aux examens peut être prononcée par les personnes investies d’une fonction officielle (examineur ou observateur).

Pour donner aux Jujitsukas l’occasion de parfaire leurs connaissances techniques et avoir des entraînements supplémentaires en la matière, la FLAM pourra organiser régulièrement des stages de préparation Ceinture noire pour les Jujitsukas à partir de 3.kyu et âgés de 14 ans au moins avec des experts nationaux nommés à cet effet. Ces stages se concentreront exclusivement sur le programme complet fixé à l’annexe du présent règlement.

L’admission aux examens DAN / Le Carnet de Stage

Pour être admis à l’examen de passage de grade Dan, le candidat doit accumuler pendant chaque période d’attente un nombre minimum de points en participant aux stages Nationaux et Internationaux figurant sur la liste officielle établie par le Comité FLAM/Jujitsu-Taijitsu.

Les points seront notés dans le Carnet de Stage, fourni par la section Jujitsu/Taijitsu de la FLAM. Ce carnet est à présenter le jour du passage de Grade.

La participation à au moins un stage Jitsu différent de ceux organisés par son Jitsu d’origine est requise.
(p. ex. : Jujitsuka – au moins 1 stage soit du Taijitsu, Nihon Taijitsu, Kyusho Jitsu, ou BJJ)

Pour le grade de 1^{er} Kyu, les conditions ne sont que des recommandations pour les différents clubs, qui auront la liberté de les appliquer ou non.

Les candidats ont la possibilité de participer à :
(nombre approximatif des stages)

- 30 Stages nationaux JJ, TJ, NTJ, Judo
- 2-3 Stages internationaux au Luxembourg
- 3-4 Stages internationaux BJJ
- Stages à l’Etranger publiés par FLAM-JJ/TJ

par an, durant leur période d’attente.

Grade	Période d’attente minimum	Stages Nationaux style d’origine	Stages Nationaux autre style	Stages internationaux Luxembourg par partie	Points minimum requis	Bonus Stages internationaux à l’étranger
		10 points	7.5	5		15
1 ^{er} Kyu					50	
1 ^{er} Dan	1 an				50	
2 ^{ème} Dan	2 ans				100	
3 ^{ème} Dan	3 ans				150	
4 ^{ème} Dan	4 ans				200	
5 ^{ème} Dan	5 ans				250	

Le Comité Ju-Jitsu /Tai- Jitsu se réserve le droit de proposer au Comité Directeur de la FLAM une réduction de la période d'attente et le nombre de Stages selon l'âge du candidat et son engagement pour son Art Martial.

P.ex. : détenteurs d'un brevet moniteur, être entraîneur d'un club, entraîneur stages FLAM, engagement comme membre du Comité ou de Commissions, participation active à des démonstrations.....

Candidature

Les candidats aux examens devront poser leur candidature par écrit au Comité JJ/TJ au moins 3 mois avant la date de l'examen à fixer.

Le dossier complet du candidat est à signer par le moniteur responsable du club du candidat respectivement par lui-même, s'il est lui-même le moniteur responsable du club dont il est membre et devra contenir les documents suivants :

- Copies du passeport sportif de la FLAM : page données personnelles, page grades et page vignettes, page Clubs et Transferts
- 1 Copie du Carnet de Stage
- Une autorisation écrite du représentant légal, s'il s'agit d'un mineur.

Formulaire d'inscription à l'examen en annexe.

Les bonifications de grade sont accordées par le Comité-Directeur de la FLAM sur le vu soit du dossier présenté par un candidat soit sur avis de la Commission Technique. Il est évident que les grades reflètent aussi les ambitions des judokas. Il est bien entendu que suivant ces ambitions, il sera insisté plus sur un point que sur l'autre tout en incluant l'âge du sportif. Les critères d'appréciation se modifient donc en fonction de l'âge et du grade à obtenir.

Le jury

Le jury doit être composé de 2 personnes au moins ayant chacun un grade supérieur aux grades postulés aux examens.

En cas de besoin, des experts étrangers pourront être invités à faire partie du jury d'examen.

L'Examen

L'examen se déroulera en principe à huis clos pour chaque candidat.

Le judogi blanc est de rigueur pour les candidats.

En cas d'ajournement, le candidat devra repasser uniquement pour les unités de valeur en dessous du minimum requis. Les examens d'ajournement auront lieu au plus tard 3 mois après l'examen principal.

Les frais d'inscription à payer par le club de provenance du candidat (avant la date du passage de grade):
25 euro sur le compte FLAM :

Lors d'un ajournement pour ce grade, il n'y a pas de frais supplémentaires à payer.

Par contre, dans le cas où le candidat ne se présente pas aux épreuves, le montant réglé expire et n'est pas remboursable.

Cependant, si le candidat ou le partenaire sait présenter un certificat médical d'incapacité ou en cas de force majeure, les frais payés restent valables pour le premier examen ultérieur de ce grade auquel le candidat veut se présenter.

En cas de décernement d'un grade par la FLAM pour mérite ou autres raisons, les frais d'inscription ne sont pas dus.

Homologation des grades DAN :

Pour être valides, les grades DAN sont homologués par le Comité-Directeur sur proposition de la Commission Jujitsu/Taijitsu. Il doit en être fait mention au compte-rendu de la première réunion du Comité-Directeur après le passage de grades.

Le président de la FLAM et le président du jury d'examen poseront leur signature dans le passeport sportif du titulaire à la page y prévue.

La date d'obtention du grade est la date de l'homologation par la Commission des Grades. Elle constitue seule le repère pour la détermination de l'ancienneté du grade.

Le port de grades non homologués par la FLAM est interdit et est passible de poursuites disciplinaires.

L'inscription de licenciés FLAM à un examen DAN devant un jury d'examen étranger sans avoir une licence de la fédération du pays concerné doit être autorisée au préalable par le Comité-Directeur.

A cet effet, le candidat adressera une demande écrite en due forme au Comité-Directeur renseignant sur les raisons de cette décision. L'homologation de grades passés devant un jury d'examen étranger sera refusé sans cette autorisation.

Les grades DAN obtenus avant la prise de licence auprès de la FLAM sont reconnus par la FLAM, si le grade a été passé devant le jury d'examen d'une fédération reconnue officiellement par le pays de provenance

Décernement de grades DAN par le Comité-Directeur :

En principe un grade n'est jamais obtenu sans examen. Cependant la Commission des grades à pleine et entière autorité pour proposer au Comité Jujitsu/Taijitsu et ensuite au Comité Directeur de la F.L.A.M., toute promotion exceptionnelle en dehors des règlements.

Les grades supérieurs à ceux pouvant être passés devant un jury d'examen sont décernés par décision du Comité-Directeur sur le vu d'un dossier renseignant sur les activités Jujitsu du candidat depuis l'obtention du dernier grade.

Chaque Jujitsuka peut faire acte de candidature auprès de la Commission Technique en présentant un dossier complet renseignant sur ses activités au service du Jujitsu.

Le Comité-Directeur statuera sur les candidats en tenant compte notamment :

- du rayonnement, des actions et services rendus par le candidat au Jujitsu au niveau national et international
- du comportement et du dévouement du candidat à la cause du Jujitsu sous toutes ses formes
- des titres et fonctions du candidat en Jujitsu
- de la valeur technique, morale et didactique du candidat
- des conditions de délai et de pratique à remplir pour le grade postulé telles que définies par ce règlement

Le Comité-Directeur peut le cas échéant demander l'avis de la Commission Jujitsu/Taijitsu. Après étude du dossier, le Comité-Directeur décide de l'acceptation ou du refus de celui-ci.

En cas de refus, le candidat est en droit d'en demander les motifs. En cas d'acceptation du dossier, les intéressés sont informés des conditions dans lesquelles ils peuvent accéder à ce grade supérieur.

Le Comité-Directeur peut décerner des grades DAN à titre honorifique à des personnes pour services rendus et pour tout autre mérite exceptionnel rendu à la cause du Jujitsu. Le grade mentionnera obligatoirement la mention « honoris causa », en abrégé « h.c. ».

Ce grade « h.c. » ne pourra être décerné qu'une seule fois à la même personne.

Système des grades en Brazilian Jiu Jitsu, basé sur le Règlement international de la IBJJF – International Brazilian Jiu Jitsu Federation

Notes concernant les Professeurs et Instructeurs

De manière générale, il appartient au Professeur, respectivement son Instructeur représentant, de déterminer si un athlète est promu au prochain grade. Ce mérite est jugé selon ses propres critères, standards et valeurs. Des instructeurs portant le grade de ceinture marron peuvent uniquement donner le grade de Ceinture mauve.

Les instructeurs portant le grade de ceinture marron peuvent donner des grades égaux aux leurs avec co-signature de leur Professeur responsable.

La remise des grades (tous niveaux) reste entièrement réservée au Professeur responsable, et le cas échéant assisté par son Instructeur représentant. Il va de même avec la reconnaissance de grade d'un pratiquant venant d'une autre école ou académie.

Ainsi le Professeur, respectivement son Instructeur représentant, est à considérer comme la seule autorité quant aux grades dans son académie.

Programme des épreuves pour le passage de grade Dan JU JITSU

- 1er Dan -

1. Techniques de base

Tachi Waza :

Ashi Waza	Koshi Waza	Te Waza	Ma Sutemi Waza	Kansetsu Waza
De Ashi Barai	O Goshi	Ippon Seoei Nage	Tomoe Nage	Kote Gaeshi
Hiza Guruma	Uki Goshi	Kata Guruma	Sumi Gaeshi	Ude Kime Nage
Uchi Mata	Harai Goshi	Morote Seoei Nage	Soto Maki Komi	Kaiten Nage
O Soto Gari	Tai Otoshi	Eri Seoei Nage	Uchi Maki Komi	Shiho Nage
O Uchi Gari	Koshi Guruma	Morote Gari	Yoko Wakare	Kote Mawashi
Ko Uchi Gari	Utsuri Goshi	Sukui Nage	Tani Otoshi	Kote Ineri
Okuri Ashi Barai	Ushiro Goshi	Te Guruma	Ura Nage	Ude Osae
Sasae Tsuru Komi Ashi	Hane Goshi	Sode Tsuru Komi Goshi	Kani Basami	Iremi Nage
Ko Soto Gari			Ko Uchi Maki Komi	Yubi Kansetsu
Ko Soto Gake			Yoko Guruma	Kubi Kansetsu
O Soto Guruma			Waki Otoshi	
Okuri Ashi Barai				

Ne Waza :

Katame Waza	Kansetsu Waza	Shime Waza
Hon Gesa Gatame	Waki Gatame	Nami Juji Jime
Yoko Shiho Gatame	Ude Gatame	Gyaku Juji Jime
Kami Shiho Gatame	Hiza Gatame	Kata Juji Jime
Tate Shiho Gatame	Hara Gatame	Hadaka Jime
Ushiro Gesa Gatame	Ude Garami	Okuri Eri Jime
Kata Gatame	Juji Gatame	Kata Ha Jime
Te Kubi Osae	Sankaku Jime	
Kanukki Gatame		
Ude Nobashi		
Ashi Ude Garami		
Mune Gatame		

Le candidat devra présenter 25 techniques choisies au hasard par les membres du jury.

15 en Tachi Waza et 10 en Ne Waza.

Les techniques présentées lors de la démonstration de Kata et 20 Techniques imposées et étant inclus dans les différentes unités de valeur ne seront à priori pas demandées au candidat. La Commission des Grades a le droit, en cas de doute, de faire des exceptions.

2. Atémi Waza :

Tsuki/Uchi Waza	Keri Waza	Atama	Empi Uchi	Uke Waza
Oi Tsuki	Mae Geri	Mae	Mae	Jodan Age Uke
Gyaku Tsuki	Yoko Geri	Yoko	Yoko	Shuto Uke
Mawashi Tsuki	Ushiro Geri	Ushiro	Ushiro	Soto Uke
Mae Te Tsuki	Mawashi Geri		Mawashi	Uchi Uke
Uraken Uchi	Ura Mawashi Geri		Ura Mawashi	Gedan Barai
Teicho Uchi	Kin Geri		Age	Juji Uke
Tsu Age	Mikazuki Geri		Otoshi	Nagashi Uke
Haito Uchi	Kagato Geri			Morote Teicho Uke
Shuto Uchi	Mae Hiza Geri			Mikazuki Uke
Ura Tsuki	Hiza Mawashi Geri			Otoshi Uke
Tettsui Uchi				Hiza Uke
Nukite				Sukui Uke

Le candidat fera une démonstration de ses connaissances techniques sous forme de Renzoku Waza (enchaînement de 3-5 techniques des Atémi Waza sur attaque Atémi Waza).

Le candidat présente 5 enchaînements de son choix, et 5 imposées du jury du programme Atémi Waza.

La composition des 5 enchaînements personnels feront partie du dossier à soumettre au Jury (voir sub 3)

Evaluation :

- Posture
- Garde
- Déplacements
- exécution à bonne distance
- maîtrise technique

3 Kakari Geiko d'atémis :

Tori exécute des atémis à l'aide des membres inférieurs et supérieurs ciblés sur des appels de coups indiqués, soit par les mains de Uke, soit à l'aide d'un Makiwara. Cet exercice devra se dérouler en déplacement et porter sur un éventail important de techniques.
Temps : 2 minutes maximum.

- *Appréciation :*
- *exécution à bonne distance*
- *le choix technique par rapport à la cible*
- *la précision par rapport à la cible*

4 20 Techniques imposées

Le candidat doit présenter les 3 premiers enchaînements de chacune des 4 séries (Tori et Uke).

5 Kata

• **Goshin Jitsu (Tori).**

*Critères de jugement pour le Kata:
pour Tori:*

- *Précision et efficacité technique*
- *Qualité des Tai sa Baki et vitesse de réaction*

Pour les 2 exécutants:

- *Attitude dans les postures et déplacements*
- *Harmonie entre les 2 partenaires.*

6 Démonstration libre

Durée minimum 8 minutes (temps de pause non inclus)

Le candidat présente ses connaissances en Jujitsu au cours d'une démonstration libre.
Il fournira un résumé écrit de tous les aspects de sa démonstration au Jury.

La démonstration devra contenir tous les aspects du Jujitsu :

- Garde
- Posture
- Déplacements et esquives
- Les distances des attaques
- Les différentes directions d'attaque
- Les niveaux d'attaque
- Les différents types d'attaque (menaces, coups, saisies, ceintures, armes)

Le jugement portera :

- sur l'éventail démontré
- sur la difficulté et la maîtrise technique
- sur l'aspect tactique des solutions présentées
- sur la cohérence et l'efficacité
- sur la conception des enchaînements.

- du 2ème Dan -

Les unités de valeur 1, 2 et 3 sont identiques au programme 1^{er} Dan.

20 techniques imposées :

Le candidat doit présenter les 4 premiers enchaînements de chacune des 4 séries (Tori et Uke).

Kata: Goshin Jitsu (Tori et Uke).

Critères de jugement pour le Kata:

pour Tori:

- Précision et efficacité technique
- Qualité des Tai sa Baki et vitesse de réaction

Pour Uke:

- Précision et sincérité dans ses attaques
- Respect du cérémonial (salut, tenue des armes, pose et reprise)
- Respect de la chronologie.

Pour les 2 exécutants:

- Attitude dans les postures et déplacements
- Harmonie entre les 2 partenaires. _

Démonstration libre : Durée minimum 10 minutes (temps de pause non inclus)

- du 3ème Dan -

Les unités de valeur 1 ,2 et 3 sont identiques au programme 1^{er} Dan.

20 techniques imposées :

Le candidat doit présenter les 5 enchaînements de chacune des 4 séries (Tori et Uke).

Kata

Goshin Jitsu (Tori-Uke).

Kime no Kata (Tori)

Critères de jugement pour le Kata: idem 1er et 2ème Dan

Démonstration libre : Durée minimum 12 minutes (temps de pause non inclus)

- du 4ème Dan -

Les unités de valeur 1 ,2 et 3 sont identiques au programme 1^{er} Dan.

20 techniques imposées :

Le candidat doit présenter les 20 techniques imposées en entier (Tori et Uke).

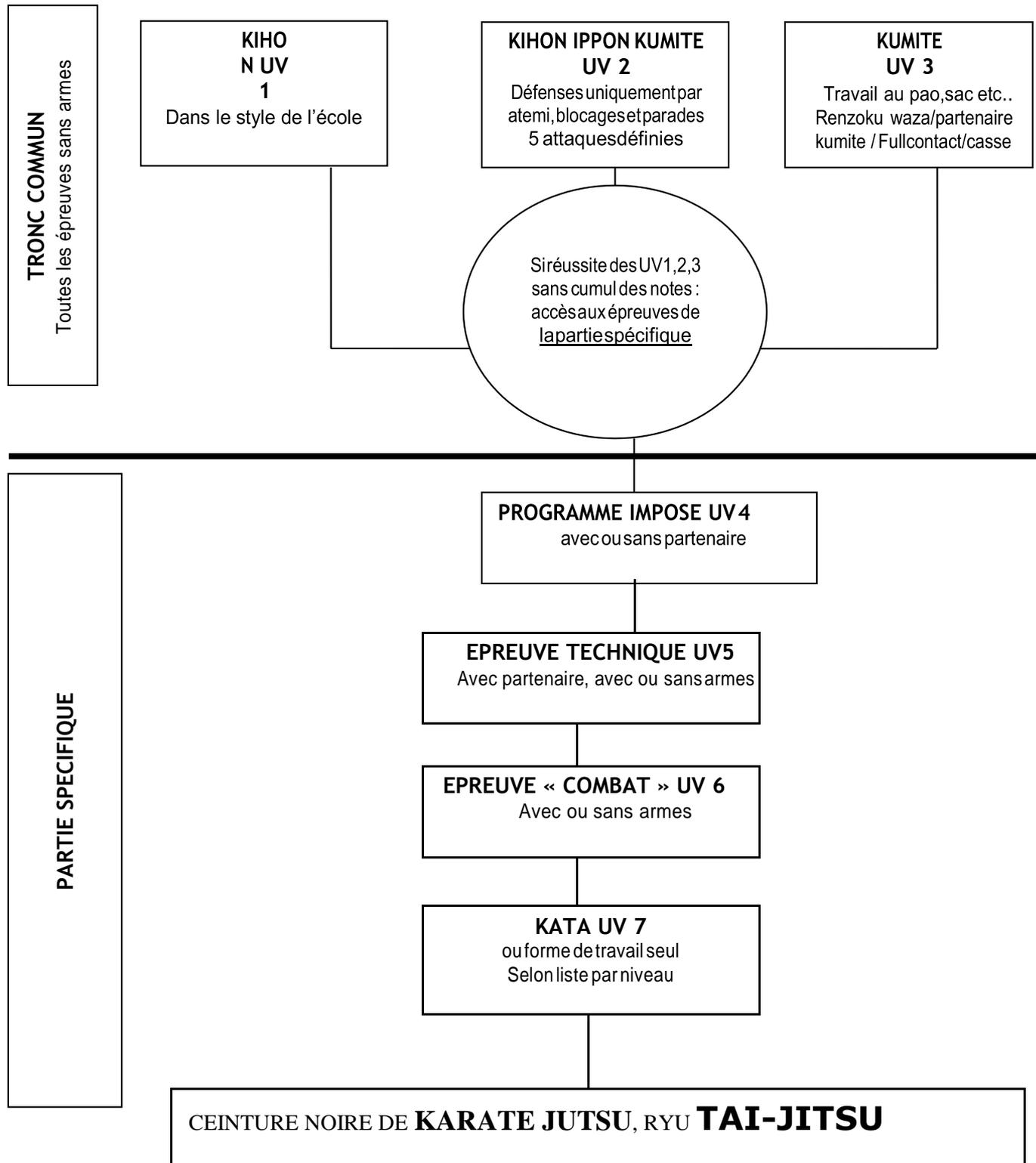
Kata

Goshin Jitsu (Tori-Uke).

Kime no Kata (Tori-Uke) *Critères de jugement pour le Kata: idem 1er et 2ème Dan*

Démonstration libre : Durée minimum 14 minutes (temps de pause non inclus)

ORGANIGRAMME DES EXAMENS DE GRADES TAJITSU



LES GRADES DAN

	2. DAN	3. DAN	4. DAN
<p><u>KIHON</u> enchaînement sur 3 pas aller retour</p> <p><u>KIHON IPPON KUMITE</u> 5 à droite et à gauche</p> <p><u>KUMITE</u> 2min fullcontact travail sac, pao renzoku waza/enchaînement casse</p>	<p><u>KIHON</u> enchaînement sur 3 pas aller retour</p> <p><u>KIHON IPPON KUMITE</u> 5 à droite et à gauche</p> <p><u>KUMITE</u> travail sac, pao renzoku waza/enchaînement casse</p>	<p><u>KIHON</u> enchaînement sur 3 pas aller retour</p> <p><u>KIHON IPPON KUMITE</u> 5 à droite et à gauche</p> <p><u>KUMITE</u> travail sac, pao renzoku waza/enchaînement</p>	<p><u>KIHON</u> enchaînement sur 3 pas aller retour</p> <p><u>KIHON IPPON KUMITE</u> 5 à droite et à gauche</p> <p><u>KUMITE</u> travail sac, pao renzoku waza/enchaînements</p>
<p><u>TECHNIQUES de BASE</u> 2 séries complètes</p> <p><u>EPREUVES TECHNIQUES</u> 15 techniques sur attaques à droite imposées (face/lat/arr/sol)</p> <p><u>EPREUVE COMBAT</u> randori libre 1mn 15 sec (avec partenaire de son choix)</p> <p><u>KATA</u> 1 imposé des 3 taijitsu taijitsu shodan taijitsu nidan taijitsu sandan</p>	<p><u>TECHNIQUES de BASE</u> 3 séries complètes</p> <p><u>EPREUVES TECHNIQUES</u> 15 techniques sur attaques imposées à droite ou à gauche</p> <p><u>EPREUVE COMBAT</u> randori imposé 1min 30 sec</p> <p><u>TECHNIQUES TAIJITSU</u> 1^{ère} -3^{ième} série</p> <p><u>KATA</u> 1 imposé taijitsu shodan taijitsu nidan taijitsu sandan taijitsu no kata shodan</p>	<p><u>TECHNIQUES de BASE</u> 4 séries complètes</p> <p><u>EPREUVES TECHNIQUES</u> 8 techniques sur attaques imposées à droite ou à gauche proposer des techniques de rechange</p> <p><u>TECHNIQUES AVEC ARMES</u> (tambo,jo,kama,tonfa) 2 armes au choix libre blocage, atemiet manipulation(techn.base)</p> <p><u>TECHNIQUES TAIJITSU</u> 4^{ième} et 5^{ième} série</p> <p><u>KATA</u> taijitsu shodan taijitsu nidan taijitsu sandan taijitsu no kata shodan taijitsu no kata sandan</p>	<p><u>TECHNIQUES de BASE</u> 5 séries complètes</p> <p><u>EPREUVES TECHNIQUES</u> 5-10 techniques sur attaques imposées à droite ou à gauche proposer des techniques de rechange (evtl) donner explications</p> <p><u>NAGE et KATAME</u> Techniques supplémentaires 5 nage waza 5 katame/shime waza (demo perso)</p> <p><u>Demo TECHNIQUE</u> Contre coups et armes (Bâton-couteau-pistolet)</p> <p><u>KATA PERSONNEL</u> Présentation d'un KATA pers (principe taijitsu)</p> <p><u>KATA</u> taijitsu shodan taijitsu nidan taijitsu sandan taijitsu no kata shodan taijitsu no kata sandan tai sabaki no kata</p>

Des dérogations peuvent être autorisées, si le jury le juge compatible.

REGLEMENT SPECIFIQUE pour les passages de Grade Dan du NIHON TAI JITSU/KYÛSHO

Le Nihon Tai Jitsu

Nihon = authentiquement japonais

Jitsu = union de l'énergie

Tai Jitsu = techniques pour tout le corps

Le Nihon Tai Jitsu est un art martial développé par Monsieur Roland Hernaez qui fait partie du Budo traditionnel. C'est une concentration particulière de la défense personnelle à la portée de tous issue du véritable Ju Jitsu. (« *Le Nihon Tai Jitsu* » de Roland Hernaez)

Cette méthode rassemble un ensemble de techniques de divers arts martiaux (ex. : coups, clés, projections, etc...) à mains nues pour se défendre avec un minimum de temps et d'effort pour obtenir un maximum d'efficacité avec le moins de risques possible.

Le Kyûsho

L'art des points vitaux n'est pas un art martial en tant que soi et n'est pas entraîné comme tel au Japon. Les principes des points d'acupuncture utilisés dans la médecine traditionnelle chinoise et des relations avec la neurologie occidentale sont la base de la méthode et du travail avec les points vitaux. Par le fait que l'accent dans les arts martiaux est mis plus sur l'aspect sportif, ce savoir s'est lentement perdu.

Le Kyûsho peut s'intégrer dans la pratique de tous les arts martiaux et dans tous les styles. En travaillant les points vitaux, les réflexes et la force de l'adversaire sont diminués. Les réactions peuvent être un déséquilibre ou même la perte de conscience. Les niveaux et points qui sont travaillés sont identiques aux points et régions du corps travaillés dans les arts martiaux, mais l'angle et la précision d'attaque apportent la différence.

Examen de passage de grade

- Du 1^{er} au 4^{ième} dan : l'examen de passage de grade est organisé par pays et supervisé par le Collège Technique et Pédagogique et Collège d'experts

- Du 5^{ième} au 6^{ième} dan : l'examen est organisé par le Shihan du Collège Technique et Pédagogique

- Du 7^{ième} dan : l'examen est organisé uniquement par le Collège Central sous l'autorité du président du Collège Technique et Pédagogique

Voir en annexe les fiches d'examens pour les programmes des passages de grades.

Conditions de réussite à l'examen

Les UV sont cumulables et pas nécessairement à passer lors de la même session. Un candidat doit présenter l'intégralité d'un UV lors de son passage.

Note totale sur 400 : Examen obtenu si niveau de réussite supérieur ou égal au pourcentage du grade concerné Exemple : 60 % pour le 2^o dan

Total	1° Dan	2° Dan	3° Dan	4° Dan	5° Dan
Points	200	240	260	280	320
	50%	60%	65%	70%	80%

Note éliminatoire :

Si le candidat reçoit une note éliminatoire, l'UV entier est à repasser.

Note éliminatoire pour l'unité concernée $N/40 \leq 15$ / $N/60 \leq 20$

KYUSHO 急所術		Programme officiel F.L.A.M. Ju Jitsu / Tai Jitsu <i>Passage de Grades en KYUSHO</i>		
UV	Note	1° Dan - Shodan	2° Dan - Nidan	3° Dan - Sandan
		Délai minimum dans le grade précédent		
		1 an	2 ans	3 ans
Valeur « SHIN »				
Epreuves UV1 /120	/20	Drill + ciblage libre	Drill + ciblage libre	Drill + ciblage libre + application
	/20	Démonstration clés et amenées au sol	Ju Ippon Kumite 5 attaques	Ju Ippon Kumite 5 attaques
	/20	Kuatsu	Kuatsu	Kuatsu
Valeur « GI »				
Epreuves UV2 / 120	/20	1 niveau Kyu tiré au sort entre 2 et 6	1 loge tirée au sort Points des 2 méridiens	1 loge tirée au sort
	/20	Ligne centrale (Ren Mai + Du Mai)	Enchaînement 3 points dans la loge / Yin Yang	Enchaînement 3 points dans la loge / Yin Yang / Position de la loge / Position de contrôle
	/20	Demo frappe Yin /Yang sur pao	Application réaction feu / métal	Forme de frappe de l'élément de la loge sur pao
Valeur « TAÏ »				
Epreuves UV3 /120	/20	Randori en cercle sur saisie	Randori en cercle	Randori en cercle
	/20	15 techniques de self (attaque imposées, défenses libres) ; armes	15 techniques de self (attaque imposées, défenses libres) ; armes	15 techniques de self (attaque imposées, défenses libres) ; armes
	/20	Shiatsu du dos	Shiatsu des bras	Shiatsu loge et points de traitement

KYUSHO**急所術**

Programme officiel
F.L.A.M. Ju Jitsu / Tai Jitsu
Passage de Grades en **KYUSHO**



UV	Note	4° Dan – Yondan	5° Dan – Godan	6° Dan –
		Délai minimum dans le grade précédent		
		4 ans	5 ans	6 ans
Valeur « SHIN »				
Epreuves UV1 /120	/20	Drill + ciblage libre + application	Drill + ciblage libre + application	
	/20	Ju Ippon Kumite 5 attaques	Kihon Ippon Kumite 5 attaques	
	/20	Kuatsu	Kuatsu	
Valeur « GI »				
Epreuves UV2 / 120	/20	1 loge tirée au sort	Cycle Shen Cycle Raé avec applications	
	/20	Enchaînement 3 points dans la loge Yin Yang / She / Ké	Cycle Ké / Cycle Raé avec application	
Valeur « TAI »				
Epreuves UV3 /120	/20	épreuve imposé : 8 défenses sur saisies de poignet (Techniques de base) parmi les 3 séries par atémi, clé et projection, choisies par le candidat (avec partenaire)	épreuve imposé : 8 défenses sur saisies de poignet (Techniques de base) parmi les 3 séries par atémi, clé et projection, choisies par le candidat (avec partenaire)	
	/20	SAN BON Kumite	SAN BON Kumite	
	/20	Shiatsu Traitement des applications	Shiatsu Traitement des applications	

Conditions de réussite à l'examen

Les UV sont cumulables et pas nécessairement à passer lors de la même session. Un candidat doit présenter l'intégralité d'un UV lors de son passage.

Note totale sur 360 : Examen obtenu si niveau de réussite supérieur ou égal au pourcentage du grade concerné Exemple : 60 % pour le 2° dan

Total	1° Dan	2° Dan	3° Dan	4° Dan	5° Dan
Points					28
%	50%	60%	65%	70%	80%

Note éliminatoire : Si le candidat reçoit une note éliminatoire, l'UV entier est à repasser.

Note éliminatoire pour l'unité concernée $N/40 \leq 15$ / $N/60 \leq 20$

Critères de notation

Attitude, réalisme. Appréciation des distances (maai). Opportunité des contres et de leurs points d'appuis.

Détermination. Concentration. Variétés des techniques. Respect du schéma imposé (technique d'atemi, clé, étranglement ou projection et de la mise à l'abandon). Maîtrise de la technique et réception.

 日本体術NIHON TAI JITSU		Programme officiel F.L.A.M. Ju Jitsu / Tai Jitsu <i>Passage de Grades en Nihon Tai Jitsu</i>		 JUJITSU TAIJITSU FLAM
UV	Note	1° Dan - Shodan	2° Dan - Nidan	3° Dan - Sandan
		4 ans	2 ans	Délai minimum dans le grade précédent 3 ans
Kihon UV/1	/20	Déplacements (seul) Tai-Sabaki, Contrôle, Atémi , Chutes (posture martial)	Déplacements (seul) Tai-Sabaki, Contrôle, Atémi , Chutes (posture martial)	Déplacements (seul) Tai-Sabaki, Contrôle, Atémi , Chutes, (posture martial)
		Serie Atemis (avec Partenaire) 4 <i>Tai-Sabaki, esquive, riposte, atemi, contrôles</i>	Serie Atemis (avec Partenaire) 4 <i>Tai-Sabaki, esquive, riposte gauche et droite, atemi, contrôles</i>	Serie Atemis (avec Partenaire) 4 <i>Tai-Sabaki, esquive, riposte gauche et droite, atemi, contrôles</i>
Kihon UV/2 Ippon Kumite	/20	Kihon Ippon Kumite 5 attaques à droite choisis par le Jury Défenses libres (atémis, projections, clés, étranglements).	Kihon Ippon Kumite 5 attaques gauche et droite choisis par le Jury Défenses libres (atémis, projections, clés, étranglements).	Kihon Ippon Kumite 5 attaques gauche et droite choisis par le Jury Défenses libres (atémis, projections, clés, étranglements).
Kata UV/3	/20	(seul) Nihon Tai-Jitsu No Kata Shodan / Nidan	(seul) Nihon Tai-Jitsu No Kata Shodan / Nidan / Sandan	(seul) Nihon Tai Jitsu No Kata Shodan / Nidan / Sandan
		(avec partenaire) Kihon Kata Tai Jitsu No Kata Shodan	(avec partenaire) 2 Kata au choix du candidat Tai-Jitsu no Kata Shodan Nidan Sandan	(avec partenaire) Kata au choix du candidat Tai Sabaki No Kata Tai-Jitsu no Kata Nidan, Sandan Ju Ni No Kata
Pogr. UV/4 Imposé	/20	8 défenses sur saisies de poignet (Techniques de base) demandées par le jury parmi les 3 séries par atémi, clé et projection (avec partenaire)	8 défenses sur saisies de poignet (Techniques de base) demandées par le jury parmi les 3 séries par atémi, clé et projection (avec partenaire)	12 défenses sur saisies de poignet (Techniques de base) demandées par le jury parmi les 3 séries par atémi, clé et projection (avec partenaire)
Épreuve UV/5 Technique	/20	4-8 attaques (face latérale arrière sol) (1 partenaire) Défenses personnelles	6-10 attaques (face latérale arrière sol) (1 partenaire) contre Tambo, Tanto Défenses personnelles	7-10 attaques (latérale arrière sol) (1 partenaire) contre Tambo, Tanto Défenses personnelles
Épreuve UV/6 Combat	/20	Randori 1'30 (1 partenaire) Sans armes, contre Tambo, Tanto alternative ou préparé	Randori 1'30 (2 partenaires) sans armes, contre Tanto, Tambo alternative ou préparé	Randori 1'30 (2 partenaires) Sans armes, contre Tanto, Tambo, Jo alternative ou préparé

Programme officiel
F.L.A.M. Ju Jitsu / TaiJitsu
Passage de Grades en Nihon Tai Jitsu

UV	Note	4° Dan – Yondan	5° Dan – Godan	6° Dan –
		Délai minimum dans le grade précédent		
		4 ans	5 ans	6 ans
UV/1 Kihon	/30	Déplacements (seul) Tai-Sabaki, Contrôle, Atémi , Chutes, (posture martial)	Déplacements (seul) Tai-Sabaki, Contrôle, Atémi , Chutes, (posture martial)	
Épreuve Combat UV/2 Kihon Ippon	/30	Kihon Ippon Kumite 5 attaques gauche et droite choisis par le Jury Tori fait la série à droite puis la série à gauche. Défenses libres (atémis, projections, clés, étranglements). Randori à 4 de type SAN JYU KUMITE . 3attaquants exécutent 3 séries d'attaques choisies par le jury. Total de 9 attaques	Kihon Ippon Kumite 5 attaques gauche et droite choisis par le Jury Tori fait la série à droite puis la série à gauche. Défenses libres (atémis, projections, clés, étranglements). Randori à 4 de type SAN JYU KUMITE . 3attaquants exécutent 3 séries d'attaques choisies par le jury. Total de 9 attaques	
Kata UV/3	/30	Kata (d'expression personnelle). En suivant un thème préalablement défini avec ou sans partenaire (Maximum de 10 mouvements) Une explication écrite succincte sera demandée avant l'épreuve.	Kata (d'expression personnelle). En suivant un thème préalablement défini avec ou sans partenaire (Maximum de 10 mouvements) Une explication écrite succincte sera demandée avant l'épreuve.	
		(avec partenaire) 2 Kata au choix du candidat Tai Sabaki no Kata Nihon Tai-Jitsu no Kata Yodan Ju Ni No Kata, Diai No Kata	(avec partenaire) 2 Kata au choix du candidat Nihon Tai jitsu No Kata Godan Diai No Kata Hyori No Kata	
Programme imposé épreuves UV/4 techniques spécifique	/30	épreuve imposé : 8 défenses sur saisies de poignet (Techniques de base) parmi les 3 séries par atémi, clé et projection, choisies par le candidat (avec partenaire)	épreuve imposé : 8 défenses sur saisies de poignet (Techniques de base) parmi les 3 séries par atémi, clé et projection, choisies par le candidat (avec partenaire)	
		épreuve technique 10 attaques imposées par jury, à droite et à gauche(latérale arrière sol/ dont 3 Tanto 2 Tambo 2 Jo Défenses personnelles	épreuve technique 10 attaques imposées par jury, à droite et à gauche(latérale arrière sol/ dont 3 Tanto 2 Tambo 2 Jo Défenses personnelles	

Conditions de réussite à l'examen

Les UV sont cumulables et pas nécessairement à passer lors de la même session. Un candidat doit présenter l'intégralité d'un UV lors de son passage.

Note totale sur 120: Examen obtenu si niveau de réussite supérieur ou égal au pourcentage du grade concerné

Exemple : 60 % pour le 2° dan

Total	1° Dan	2° Dan	3° Dan	4° Dan	5° Dan
%	50%	60%	65%	70%	80%

Note éliminatoire : Si le candidat reçoit une note éliminatoire, l'UV entier est à repasser.

Note éliminatoire pour l'unité concernée $N/40 \leq 15$ / $N/60 \leq 20$

Critères de notation

Attitude, réalisme. Appréciation des distances (maai). Opportunité des contres et de leurs points d'appuis. Détermination. Concentration. Variétés des techniques. Respect du schéma imposé (technique d'atemi, clé, étranglement ou projection et de la mise à l'abandon) Maîtrise de la technique et réception

Programme de Passages de Grade en Brazilian JiuJitsu

Grade	Âge Minimum	Durée minimale à rester dans le grade	Subdivision des grades
<i>Structure des Grades pour jeunes athlètes de 4 à 15 ans</i>			
Blanc	Pas d'âge Minimum	Pas de durée minimale	A l'appréciation et selon la méthode choisie du Professeur
Gris – Blanc	4 à 15 ans		
Gris			
Gris – Noir			
Jaune – Blanc	7 à 15 ans		
Jaune			
Jaune – Noir			
Orange – Blanc	10 à 15 ans		
Orange			
Orange Noir			
Vert – Blanc	13 à 15 ans		
Vert			
Vert –Noir			
<i>Structure des Grades pour athlètes à partir de 16 ans</i>			
Blanc	Pas d'âge Minimum	Pas de durée minimale	
Bleu	16 ans et plus	2 ans	4 degrés (Stripes) si le Professeur souhaite adopter cette méthode.
Mauve	16 ans et plus	1,5 ans	
Marron	18 ans et plus	1 an	
Noir	19 ans et plus	31 ans	6 degrés Le 1 ^{er} degré ne peut être reçu qu'après 3 ans depuis la ceinture noire. Le 2 ^{ème} degré ne peut être reçu qu'après 3 ans depuis la dernière promotion Les 4 ^{ème} , 5 ^{ème} et 6 ^{ème} degré peuvent être obtenus qu'après 5 ans du grade précédent.
Rouge – Noir	50 ans et plus	7 ans	Le 7 ^{ème} et 8 ^{ème} degré peuvent être obtenus qu'après 7 ans dans les grades précédents.
Rouge – Blanc	57 ans et plus	10 ans	Le 9 ^{ème} degré ne peut être obtenu qu'après 10 ans dans le grade précédent.
Rouge	67 ans et plus	Non-défini	A été uniquement attribués aux Pionniers du BJJ, à savoir les frères Gracie : Carlos, Oswaldo, George, Gaston et Helio.