

1^{er} DUAN FWS

JI BEN GONG (déplacements de base) de TAI JI QUAN YANG		TAO LU (formes) de TAI JI QUAN YANG			GONG FANG (applications martiales)			TUI SHOU (poussées de mains)		
3 pas	<i>avant, arrière, côté</i>	Liste de 3 taolu	8 pas, 16 pas, 24 pas	<i>le candidat choisit 1 taolu</i>		application sur des attaques de poings	<i>4 contres, main, pied, balayage ou projection et saisie ou clef</i>	Forme	1 mn de tuishou (double croisement) sur 4 portes	<i>démonstration des 3 énergies de base, adhérer, écouter, comprendre</i>
3 actions de bras	<i>séparer la crinière, brosser le genoux, repousser le singe, mains nuages</i>	Une séquence d'un mn d'1 mn est demandée pour les taolu sup à 24 pas	ou 8 pas, 16 pas, 1 partie d'une forme longue	<i>1 taolu est tiré au sort parmis les 2 restants</i>	Attaques de distance longue: dimension avant-arrière	application sur des attaques de pieds	<i>4 contres libres</i>	Dynamique	appliquer dans le tuishou une des 4 portes demandé par le jury	<i>appliquer Hua Jing, l'énergie qui transforme</i>
			ou 3 parties ou sections d'une forme longue (88, 108 mvts)					Explication martiale d'un taolu	expliquer martiallement un passage de taolu choisit par le jury	

*La particularité martiale des styles internes n'est pas de bloquer puis de contre attaquer mais de rechercher à adhérer, de sentir pour transformer l'action. C'est pourquoi nous demandons de maintenir le contact pendant les applications martiales en Gong Fang comme en Tui Shou.

2^{ème} DUAN FWS/FFK

JI BEN GONG (déplacements de base) de TAI JI QUAN YANG			TAO LU (formes) de TAI JI QUAN YANG			GONG FANG (applications martiales)			TUI SHOU (poussées de mains)	
IDEM 1er DUAN +	techniques de pieds	<i>balayer le lotus</i>	Liste de 4 taolu	16, 24, 32 et 40 ou 48 ou 42 pas	<i>le candidat choisit 1 taolu</i>	Attaques de distance moyenne ;	4 applications sur des attaques de poings	<i>4 contres, main, pied, balayage ou projection, saisie ou clef</i>	Forme	1 mn (double croisement) 4 énergies + 8 techniques de base
	2 techniques suivies d'1 équilibre	<i>coup de pied suivi d'1 pivot et d'1 autre coup de pied de l'autre jambe</i>	Une séquence d'un min d'1 mn est demandée pour les taolu sup à 24 pas	ou 16, 24, 32 + 1 partie d'une forme longue	<i>1 taolu est tiré au sort parmi les 3 restants</i>	Dimension avant-arrière et gauche droite	4 applications sur des attaques de pieds	<i>4 contres main, pied, balayage ou projection, saisie ou clef</i>	Dynamique	appliquer dans le tuishou 2 des 8 portes demandé par le jury
				ou 3 parties, sections d'une forme longue + 1 taolu (16 ou 24 pas)			Une main au moins reste en contact avec le partenaire*			Explication martiale d'un taolu

3^{ème} DUAN FWS/FFK

JI BEN GONG (déplacements de base) de TAI JI QUAN YANG			TAO LU (formes) de TAI JI QUAN YANG			GONG FANG (applications martiales)		
IDEM 2ème DAN +	forme des 8 portes dans les 8 directions		Liste de 4 taolu + 1 arme courte	16, 24, 32 et 40 ou 48 ou 42 pas et arme courte	<i>le candidat choisit 1 taolu libre</i>	Attaques de distance courte;	5 applications sur des attaques de poings	<i>5 contres, main, pied, balayage ou projection, saisie ou clef</i>
	2 techniques de mouvements bas et 3 coups de pieds avec pivot	<i>serpent/coq d'or et 3 coups de pied avec pivot</i>	Une séquence d'un min d'1 mn est demandée pour les taolu sup à 24 pas	ou 16, 24, 32 + 1 partie d'une forme longue et arme courte	<i>le candidat choisit 1 taolu libre avec arme</i>	dimension avant-arrière, gauche/droite et haut/bas	5 applications sur des attaques de pieds	<i>5 contres libres, main, pied, balayage ou projection, saisie ou clef</i>
	entretien/démonstration, spécificité martiales des Neï Jian Quan	<i>sens, applications et intérêt de techniques choisis par le jury</i>		ou 3 parties, sections d'une forme longue + 1 taolu (16 ou 24 pas) et une arme courte	<i>1 taolu imposé, forme en 24 pas ou une partie d'une forme longue</i>	Une main au moins reste en contact avec le partenaire*		
	spécificité martiales des Neï Jian Quan	<i>sens du Tui Shou, styles directs et indirects</i>		explication martiale d'un passage de taolu choisi par le jury		Tuishou libre	choisir son partenaire parmi les candidats	

4^{ème} DUAN FWS/FFK

JI BEN GONG (déplacements de base) de TAI JI QUAN YANG	TAO LU (formes) de TAI JI QUAN YANG			GONG FANG (applications martiales)		
IDEM 3ème DAN +	Liste de 6 taolu + 2 taolu avec armes	16, 24, 32 et (40 ou 48 ou 42) pas et 2 armes	<i>le candidat choisit 1 taolu libre</i>	6 attaques	6 attaques, 2 à chaque niveau à droite et à gauche	
Nombre et diversité des techniques laissées à l'appréciation du jury	Une séquence d'un min d'1 mn est demandé pour les taolu sup à 24 pas	16, 24, 32 + 1 partie d'une forme longue et 2 armes	<i>le candidat choisit 1 taolu libre avec arme</i>	Tui Shou	en déplacement avec 6 portes sur les 8	
Explication en self défense des techniques		3 partie d'une forme longue +1 taolu (16 ou 24 pas) et 2 armes	<i>1 taolu tiré au sort</i>			
			<i>Explication martialle d'1 taolu avec partenaire</i>			

5^{ème} DUAN FWS/FFK

JI BEN GONG (déplacements de base) de TAI JI QUAN YANG			TAO LU (formes) de TAI JI QUAN YANG			GONG FANG (applications martiales)		
	A) le jury demande des A/R sur des techniques en 3 pas		Liste de 7 taolu main nues + 2 taolu avec armes ...	voir liste fédérale	<i>le candidat choisi 1 taolu libre</i>	9 attaques	9 attaques, 3 à chaque niveau à droite et à gauche	
Nombre et diversité des techniques	B) le candidat choisit	<i>mouvements demandés lentement et avec Fa Jing</i>	... + 2 taolu de Tai Ji Quan de styles différents	24, 32 et 40 pas (ou 42 pas)...	<i>le candidat choisi 2 taolu libre avec arme</i>	Tui Shou	libre	
laissées à l'appréciation du jury	C) petit enchaînement (nuages, coup de pied, serpent et coq)		Une séquence d'un min d'1 mn est demandée pour les taolu sup à 24 pas	...plus 2 taolus avec arme	<i>1 taolu tiré au sort</i>			
Explication en self défense des techniques	D) explication Tai Ji Quan Yang				<i>Explication martiale d'1 taolu avec partenaire</i>			

6^{ème} DUAN FWS/FFK

JI BEN GONG (déplacements de base) de TAI JI QUAN YANG	TAO LU (formes) de TAI JI QUAN YANG		GONG FANG (applications martiales)	
Prestation personnelle 10mn maxi) le choix du thème est personnel	2 taolu élaborés et présentés par le candidat	expliquer et démontrer les différentes séquences avec un partenaire de son choix	Tui Shou libre	justifier les opportunités de déséquilibre et d'applications martiales