

# 1<sup>er</sup> DUAN FWS

JI BEN GONG (déplacements de base) de TAI JI QUAN CHEN		TAO LU (formes) de TAI JI QUAN CHEN			GONG FANG (applications martiales)			TUI SHOU (poussées de mains)		
3 pas	<i>avant, arrière, côté</i>	<b>Liste de 3 taolu</b>	8 pas, 16 pas, 23 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>	<b>Forme</b>	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>	<b>Une séquence d'un mn est demandée pour les taolu sup à 23 pas</b>	ou 8 pas, 16 pas, 1 partie d'une forme longue	<i>1 taolu est tiré au sort parmis les 2 restants</i>	<b>Attaques de distance longue : dimension avant-arrière</b>	application sur des attaques de pieds	<i>4 contres libres</i>	<b>Dynamique</b>	appliquer dans le tuishou une des 4 portes demandé par le jury	<i>appliquer Hua Jing, l'énergie qui transforme</i>
			ou 3 parties, sections d'une forme longue + 1 taolu (16 ou 23 pas)					<b>Explication martiale d'un taolu</b>	expliquer martialement 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<sup>ème</sup> DUAN FWS/FFK

JI BEN GONG (déplacements de base) de TAI JI QUAN CHEN			TAO LU (formes) de TAI JI QUAN CHEN			GONG FANG (applications martialles)			TUI SHOU (poussées de mains)		
<b>IDEM 1er DAN +</b>	techniques de pieds	<i>balayer le lotus</i>	<b>Liste de 3 taolu</b>	8, 16, 23 et 56 pas	<i>le candidat choisit 1 taolu</i>	<b>Attaques de distance moyenne ;</b>	4 applications sur des attaques de poings	<i>4 contres, main, pied, balayage ou projection, saisie ou clef</i>	<b>Forme</b>	1 mn (double croisement) 4 énergies + 8 techniques de base	<i>4 énergies de base</i>
<b>Nombre et diversité des techniques laissées à l'appréciation du jury</b>	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>	<b>Une séquence d'un min d'1 mn est demandée pour les taolu sup à 23 pas</b>	ou 16, 23, 56 + 1 partie d'une forme longue	<i>1 taolu est tiré au sort parmi les 3 restants</i>	<b>dimension avant-arrière et gauche droite</b>	4 applications sur des attaques de pieds	<i>4 contres main, pied, balayage ou projection, saisie ou clef</i>	<b>Dynamique</b>	appliquer dans le tuishou 2 des 8 portes demandé par le jury	<i>(adhérer, écouter, comprendre et Hua Jing l'énergie qui transforme)</i>
				ou 3 parties, sections d'une forme longue + 1 taolu (16 ou 23 pas)		<b>Une main au moins reste en contact avec le partenaire*</b>			<b>Explication martialle d'un taolu</b>	expliquer martiallement un passage de taolu choisit par le jury	<i>et les 8 portes (peng, lu, ji, an, cai, lieh, zhou,kao)</i>

## 3<sup>ème</sup> DUAN FWS/FFK

<b>JI BEN GONG (déplacements de base) de TAI JI QUAN CHEN</b>			<b>TAO LU (formes) de TAI JI QUAN CHEN</b>			<b>GONG FANG (applications martiales)</b>		
<b>IDEM 2ème DAN +</b>	forme des 8 trésors avec Fa Jing (sorties de forces)	<i>balayer le lotus</i>	<b>Liste de 4 taolu + 1 arme courte</b>	16, 23, 56 pas et arme courte	<i>le candidat choisit 1 taolu</i>	<b>Attaques de distance courte;</b>	5 applications sur des attaques de poings	<i>5 contres, main, pied, balayage ou projection, saisie ou clef</i>
<b>Nombre et diversité des techniques laissées à l'appréciation du jury</b>	2 techniques de mouvements bas et 3 coups de pieds avec pivot	<i>Baï Jiao Tie Cha/coq d'o, 3 coups de pied avec pivot</i>	<b>Une séquence d'un min d'1 mn est demandée pour les taolu sup à 23 pas</b>	ou 16, 23, 56 + 1 partie d'une forme longue et arme courte	<i>le candidat choisit 1 taolu libre avec arme</i>	<b>dimension avant-arrière, gauche/droite et haut/bas</b>	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 23 pas)	<i>1 taolu imposé, forme en 23 pas ou 1 partie d'une forme longue</i>	<b>Une main au moins reste en contact avec le partenaire*</b>		
	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		<b>Tuishou libre</b>	choisir son partenaire parmi les candidats	

# 4<sup>ème</sup> DUAN FWS/FFK

<b>JI BEN GONG (déplacements de base) de TAI JI QUAN CHEN</b>	<b>TAO LU (formes) de TAI JI QUAN CHEN</b>			<b>GONG FANG (applications martiales)</b>	
<b>IDEM 3ème DAN +</b>		16, 23, 56 + 1er et 2ème enchaînement traditionnels et 2 armes	<i>le candidat choisit 1 taolu libre</i>	<b>6 attaques</b>	6 attaques, 2 à chaque niveau à droite et à gauche
<b>Nombre et diversité des techniques laissées à l'appréciation du jury</b>	<b>Liste de 6 taolu + 2 taolu avec armes, forme standart moyenne</b>	ou 16, 23, 56 +1 partie d'une forme longue et 2 armes	<i>le candidat choisit 1 taolu libre avec arme</i>	<b>Tui Shou</b>	en déplacement avec 6 portes sur les 8
	<b>Une séquence d'un min d'1 mn est demandée pour les taolu sup à 23 pas</b>	ou 3 parties, sections d'une forme longue +1 taolu (16 ou 23 pas) et 2 armes	<i>1 taolu tiré au sort</i>	<b>Une main au moins reste en contact avec le partenaire*</b>	
<b>Explication en self défense des techniques</b>			<i>Explication martiale d'1 taolu avec partenaire</i>		

# 5<sup>ème</sup> DUAN FWS/FFK

<b>JI BEN GONG (déplacements de base) de TAI JI QUAN CHEN</b>			<b>TAO LU (formes) de TAI JI QUAN CHEN</b>			<b>GONG FANG (applications martiales)</b>	
	A) le jury demande des A/R sur des techniques en 3 pas		<b>Liste de 7 taolu main nues + 2 taolu avec armes + 2 taolu de Tai Ji Quan de styles différents</b>		<i>le candidat choisi 1 taolu libre</i>	<b>9 attaques</b>	9 attaques, 3 à chaque niveau à droite et à gauche
<b>Nombre et diversité des techniques laissées à l'appréciation du jury</b>	B) le candidat choisit	<i>mouvements demandés lentement et avec Fa Jing</i>		16, 23, 56 pas + 2 parties d'une forme longue et 2 armes	<i>le candidat choisi 2 taolu libre avec arme</i>	<b>Tui Shou</b>	libre
	C) petit enchaînement (nuages, coup de pied, serpent et coq)		<b>Une séquence d'un mind'1 mnest demandé pour les taolu sup à 23 pas</b>	ou 3 parties, sections d'une forme longue + 2 taolu ( 23 et 56 pas) et 2 armes	<i>1 taolu tiré au sort</i>	<b>Une main au moins reste en contact avec le partenaire*</b>	
<b>Explication en self défense des techniques</b>	D) explication Tai Ji Quan Chen				<i>Explication martiale d'1 taolu avec partenaire</i>		

## 6<sup>ème</sup> DUAN FWS/FFK

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