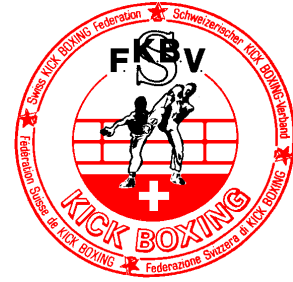




WAKO / S.K.B.V.
Schweizerischer Kick-Boxing-Verband

WAKO / F.S.K.B.
Fédération Suisse de Kick-Boxing
Federazione Svizzera di Kick-Boxing

WAKO / S.K.B.F.
Swiss Kick-Boxing Federation



Règlement technique

II^{ème} partie

Grades de maître

| | | | |
|--|----------|---|-----------|
| 1 Modalités d'examen | 2 | | |
| 1.1 Commission d'examen de la FSKB | 2 | 3.1.4 GM1 TC4 Arbitrage | 9 |
| 1.2 Inscription | 2 | 3.2 GM1 Test de condition physique | 9 |
| 1.3 Passage des grades de maître | 3 | 3.3 GM1 Test technique | 9 |
| 1.4 Etat de santé des candidats | 3 | 4 GM2 Ceinture noire 2^{ème} grade de maître | 11 |
| 1.4.1 Blessures | 3 | 4.1 GM2 TC1 Test de compétition | 11 |
| 1.4.2 Handicaps physiques | 4 | 4.2 GM2 TC2 Formes | 11 |
| 1.5 Attestation de la réussite de l'examen | 4 | 4.3 GM2 TC3 Self-défense | 12 |
| 1.6 Répétition de l'examen | 5 | 4.4 GM2 TC4 Arbitrage | 12 |
| 1.6.1 Echec au test complémentaire, au test de condition physique ou au test technique | 5 | 5 GM3 Ceinture noire 3^{ème} grade de maître | 13 |
| 1.6.2 Abandon sur blessure | 5 | 5.1 GM3 TC1 Test de compétition | 13 |
| 1.7 Passage de grades de maître à l'étranger | 5 | 5.2 GM3 TC2 Formes | 13 |
| 1.8 Reconnaissance d'un grade de maître non décerné par la FSKB | 5 | 5.3 GM3 TC3 Self-défense | 14 |
| 1.9 Attribution exceptionnelle d'un grade de maître | 6 | 5.4 GM3 TC4 Arbitrage | 14 |
| 2 Sanctions prises envers des titulaires de grades de maître | 7 | 6 GM4 Ceinture noire 4^{ème} grade de maître | 15 |
| 3 GM1 Ceinture noire 1^{er} grade de maître | 8 | 6.1 GM4 TC1 Test de compétition | 15 |
| 3.1 GM1 Tests complémentaires | 8 | 6.2 GM4 TC2 Formes | 15 |
| 3.1.1 GM1 TC1 Test de compétition | 8 | 6.3 GM4 TC3 Self-défense | 16 |
| 3.1.2 GM1 TC2 Formes | 8 | 6.4 GM4 TC4 Arbitrage | 16 |
| 3.1.3 GM1 TC3 Self-défense | 8 | 7 GM5 Ceinture noire 5^{ème} grade de maître | 17 |
| | | 7.1 GM5 TC1 Test de compétition | 17 |
| | | 7.2 GM5 TC2 Formes | 17 |
| | | 7.3 GM5 TC3 Self-défense | 18 |
| | | 7.4 GM5 TC4 Arbitrage | 18 |

En cas de difficultés d'interprétation du règlement c'est le texte allemand qui fait foi.

1 Modalités d'examen

1.1 Commission d'examen de la FSKB

Le Comité nomme le pool des experts. Le pool des experts s'organise lui-même, nomme son directeur et définit les différentes tâches et responsabilités de tous ses membres. Le directeur du pool des experts doit pouvoir rendre compte à tout moment au Comité des activités en cours et de la planification.

a) Le pool des experts est responsable:

- de la nomination de la commission d'examen chargée des tests complémentaires (formes et self-défense), des tests de condition physique et des tests techniques.
- de la nomination des experts et/ou des conseillers techniques pour les examens de style et d'armes.
- de l'organisation des examens.

b) Les experts ou les conseillers techniques doivent être titulaires d'un grade supérieur à celui que vise le candidat.

1.2 Inscription

a) Pour pouvoir s'inscrire à l'examen de grade de maître, le candidat doit d'abord satisfaire aux exigences du règlement et être suffisamment préparé à celui-ci.

b) Le club, où le candidat s'entraîne et dont il est membre, est responsable de l'inscription. Celle-ci doit parvenir au secrétariat de la FSKB au moins quatre semaines avant la date de l'examen.

c) Les documents à présenter lors de l'inscription sont les suivants:

- le formulaire d'inscription signé par le responsable du club et l'entraîneur
- le passeport sportif de la FSKB entièrement à jour
- un extrait du casier judiciaire central
- l'attestation d'un cours de premiers secours FSKB ou de Kuatsu
- un certificat médical si un handicap physique permanent empêche le candidat de présenter certaines techniques.

d) Le pool des experts et le Comité doivent statuer sur l'admission du candidat si des condamnations graves sont inscrites au casier judiciaire.

e) La FSKB prélève une taxe d'examen lors de l'inscription.

f) Dès que le nombre d'inscriptions est suffisant, le pool des experts organise les examens pour le grade de maître; ceux-ci devant toutefois avoir lieu au moins une fois par an.

g) Employez pour ce faire les formulaires suivants:

- Formulaire d'inscription à l'examen du 1^{er} grade de maître
- Formulaire d'inscription à l'examen du 2^{ème} grade de maître et suivants

1.3 Passage des grades de maître

- a) Pour le 1^{er} grade de maître, ceinture noire, le candidat doit pratiquer le kick-boxing depuis au moins 3 ans (4 licences FSKB, dont une pour l'année en cours). Ses grades d'élève doivent être reconnus officiellement.
- b) Les candidats venant de l'étranger doivent pratiquer le kick-boxing depuis au moins 3 ans et s'être entraînés pendant au moins un an sans interruption dans un club ou une école de la FSKB (2 licences FSKB, dont une pour l'année en cours).
- c) Ils devront réussir un test complémentaire.
- d) Pour le 1^{er} grade de maître: suite à la réussite du test complémentaire les candidats devront passer avec succès le test de condition physique. Les candidats ayant raté le test complémentaire pour lequel ils se sont inscrits ne seront pas admis à passer le test de condition physique.
- e) Pour le 1^{er} grade de maître: suite à la réussite du test de condition physique les candidats devront passer avec succès le test technique. Les candidats ayant raté le test de condition physique ne seront pas admis à passer le test technique.
- f) L'âge minimum requis pour le passage des différents grades est fixé comme suit:
- | | |
|------------------------------------|---|
| 1 ^{er} grade de maître | 18 ans révolus (peut être tenté à partir de 16 ans révolus mais seulement avec les points de combats comme test complémentaire) |
| • 2 ^{ème} grade de maître | 20 ans révolus |
| • 3 ^{ème} grade de maître | 23 ans révolus |
| • 4 ^{ème} grade de maître | 27 ans révolus |
| • 5 ^{ème} grade de maître | 31 ans révolus. |
| • 6 ^{ème} grade de maître | 35 ans révolus. |
- g) Le délai d'attente minimum avant de pouvoir obtenir le grade de maître supérieur est fixé comme suit:
- | | |
|--------------|--|
| • 10-12 mois | entre le 1 ^{er} grade d'élève et le 1 ^{er} grade de maître |
| • 2 ans | entre le 1 ^{er} et le 2 ^{ème} grade de maître |
| • 3 ans | entre le 2 ^{ème} et le 3 ^{ème} grade de maître |
| • 4 ans | entre le 3 ^{ème} et le 4 ^{ème} grade de maître |
| • 4 ans | entre le 4 ^{ème} et le 5 ^{ème} grade de maître |
| • 4 ans | entre le 5 ^{ème} et le 6 ^{ème} grade de maître |

1.4 Etat de santé des candidats

1.4.1 Blessures

- a) Si un candidat, s'étant blessé récemment, ne peut pas à cause de cela effectuer une partie de l'examen ou faire certains mouvements, il fera mieux de renoncer à celui-ci. De tels handicaps ne seront en aucune manière pris en compte lors de l'examen.

- b) Les experts ne tiendront pas compte de blessures survenues pendant l'examen; ils devront attirer l'attention des candidats sur ce fait et leur conseiller d'abandonner.

1.4.2 Handicaps physiques

- a) Si un candidat présente un handicap permanent et qu'il a joint un certificat médical à son inscription, les experts tiendront compte de cet état de fait. Si des parties de l'examen ne peuvent pas être effectuées, il sera procédé comme suit:
- ces parties sont éliminées et ignorées dans l'évaluation.
 - ou, le pool des experts propose, avec le Comité, des exercices de remplacement.
- b) Le contenu de l'examen devra malgré tout être en grande partie conservé. Le candidat sera informé si des exercices de remplacement seront demandés. Pour permettre une préparation optimale, ces candidats devraient s'inscrire le plus tôt possible.
- c) Employez pour ce faire le formulaire suivant:
- Certificat médical pour aspirants à un grade de maître

1.5 Attestation de la réussite de l'examen

- a) Toutes les feuilles d'examen avec la signature des experts et les formulaires d'inscription des candidats sont envoyées au président de la FSKB.
- b) Si l'examen est réussi, le président de la FSKB inscrit le grade nouvellement obtenu, le test complémentaire choisi et appose sa signature dans le passeport sportif.
- c) Dans les 14 jours suivant l'examen le candidat recevra:
- une copie de sa feuille d'examen
 - les résultats des autres candidats (total)
 - son passeport sportif
- si il a réussi l'examen:
- son diplôme de grade de maître signé par le président de la FSKB et par deux membres de la commission d'examen
 - sa ceinture noire FSKB
- d) Dans les 14 jours suivant l'examen, les résultats seront communiqués au club auquel le candidat est affilié.
- e) Les recours peuvent être adressés au président dans les 4 semaines suivant l'envoi des résultats.
- f) Les diplômes de grade de maître ne sont valables que signé par le président de la FSKB et par deux membres de la commission d'examen.

1.6 Répétition de l'examen

- a) Un test complémentaire réussi reste valable et ne doit pas être répété.
- b) Le candidat doit s'acquitter à nouveau de la taxe d'inscription.

1.6.1 Echec au test complémentaire, au test de condition physique ou au test technique

- a) L'examen peut être répété après un délai d'une année.
- b) Si le candidat échoue une seconde fois, il ne peut se présenter de nouveau aux épreuves qu'après un délai supplémentaire d'un an.
- c) Dans le cas d'un troisième échec, le pool des experts fixe la prochaine date à laquelle le candidat pourra se présenter de nouveau aux épreuves.
- d) Le candidat doit répéter la totalité du test complémentaire s'il a échoué à celui-ci.
- e) Le candidat doit présenter de nouveau l'intégralité du programme de base (test de condition physique et test technique).

1.6.2 Abandon sur blessure

- a) Un test de condition physique réussi ne doit pas être répété
- b) L'examen peut-être répété sans délai d'attente.
- c) Toutes les parties de l'examen, réussies avec une note de 5 ou plus, ne devront pas être répétées.

1.7 Passage de grades de maître à l'étranger

- a) Les candidats peuvent se présenter à un examen de grade de maître lors d'un séjour ou d'un cours suivi à l'étranger.
- b) Ils doivent toutefois en informer le pool des experts suffisamment tôt pour que celui-ci puisse leur communiquer par écrit son accord.

1.8 Reconnaissance d'un grade de maître non décerné par la FSKB

- a) Chaque club doit adresser au pool des experts une liste énumérant tous les grades de maître qui ont été décernés à ses membres par des organisations extérieures.
- b) Un tel grade de maître est homologué à condition qu'il ait été décerné par une Fédération reconnue par la FSKB et que son titulaire ait été dans l'impossibilité de passer le même examen à la FSKB
- c) Le pool des experts peut exiger un examen de contrôle.
- d) Le candidat doit en outre fournir une attestation écrite, prouvant qu'il est titulaire du grade à reconnaître ainsi qu'une description des épreuves de l'examen réussi, celle-ci devant être établie par l'organisation ayant décerné le grade en question.
- e) Le montant de la taxe d'homologation est le même que celui de la taxe d'inscription aux examens des grades de maître de la FSKB

f) Employez pour ce faire le formulaire suivant:

- Formulaire d'inscription pour l'homologation d'un grade de maître

1.9 Attribution exceptionnelle d'un grade de maître

a) A condition que, d'entente avec le Comité, la majorité du pool des experts donne son approbation, des grades de maître peuvent être décernés dans les cas suivants:

- à titre de distinction pour des succès exceptionnels remportés lors de championnats internationaux;
- à titre de reconnaissance d'une activité de longue date dans un domaine technique ou pour une activité dirigeante.

b) Le cas échéant, le membre concerné se verra décerner le grade immédiatement supérieur au sien, à la condition que trois années au moins se soient écoulées depuis son dernier changement de grade.

c) Les membres à qui un grade de maître est décerné à titre exceptionnel n'ont aucun examen à passer et aucun frais à payer.

d) Employez pour ce faire le formulaire suivant:

- Proposition pour une promotion à un grade, un titre ou une fonction.

2 Sanctions prises envers des titulaires de grades de maître

Distinction est faite entre:

- a) les mesures disciplinaires,
- b) les délits relevant du droit civil,
- c) les infractions relevant du droit pénal sans mise en danger de la vie d'autrui,
- d) les infractions relevant du droit pénal avec mise en danger de la vie d'autrui.

De telles infractions sont passibles d'une ou de plusieurs des sanctions suivantes:

- a) interdiction de participer à toutes les manifestations internationales
- b) interdiction de participer à toutes les manifestations nationales
- c) interdiction de participer à toutes les rencontres interclubs
- d) le cas échéant, exclusion d'une activité exercée dans le cadre de la FSKB
- e) remise du passeport sportif au secrétariat de la FSKB
- f) exclusion de la FSKB

La durée de ces sanctions varie selon la gravité du délit ou de l'infraction.

Ces sanctions peuvent être infligées:

- a) pour une durée déterminée,
- b) jusqu'à ce que la peine soit radiée du casier judiciaire,
- c) à vie.

Les membres à l'encontre desquels une sanction a été décidée peuvent s'adresser à la commission de recours de la Fédération.

3 GM1 Ceinture noire 1^{er} grade de maître

L'examen pour le 1^{er} grade de maître comporte:

- un test complémentaire
- un test de condition physique
- un test technique

3.1 GM1 Tests complémentaires

Le candidat doit réussir l'un des tests complémentaires suivants:

3.1.1 GM1 TC1 Test de compétition

50 points de combat en semi ou light-contact A ou en full-contact.

| Compétitions nationales | Victoire | Match nul | Défaite |
|--|--------------------|--------------------|--------------------|
| Semi-contact A | 2 points de combat | 1 point de combat | 1 point de combat |
| Light-contact A | 2 points de combat | 1 point de combat | 1 point de combat |
| Full-contact Poule A, combat pour le titre | 4 points de combat | 2 points de combat | 2 points de combat |
| Full-contact Poule B, C, etc... | 2 points de combat | 1 point de combat | 1 point de combat |
| Compétitions internationales (équipe nationale) | Victoire | Match nul | Défaite |
| Semi-contact | 4 points de combat | 2 points de combat | 2 points de combat |
| Light-contact | 4 points de combat | 2 points de combat | 2 points de combat |
| Full-contact | 8 points de combat | 4 points de combat | 4 points de combat |

Les points doivent être obtenus dans les trois années précédant l'examen.

3.1.2 GM1 TC2 Formes

Formes de base

- 1^{ère}, 2^{ème}, 3^{ème}, 4^{ème} et 5^{ème} formes du style de l'école resp. du club

Formes supérieures

- 2 formes du style de l'école resp. du club

Forme libre

- 1 forme libre

Les formes sont à présenter avant le test de condition physique.

3.1.3 GM1 TC3 Self-défense

Le candidat doit avoir suivi 4 cours de self-défense organisés par la FSKB dans les 2 ans précédant l'examen. Les techniques suivantes seront examinées:

Techniques de chute

- en arrière
- de côté
- en avant
- par dessus un obstacle

Prises de transport

- 2 variantes

Techniques de projection

- 3 variantes

Techniques des clés

- 2 variantes

Techniques d'immobilisation

- 2 variantes

Libérations d'étranglement

- 4 variantes

Libérations au sol

- 3 variantes

Lib. d'une saisie en ceinture

- 2 variantes

| | |
|--|---------------|
| Lib. de saisie aux revers | • 2 variantes |
| Lib. de saisie aux cheveux | • 2 variantes |
| Lib. saisie en collier de force | • 2 variantes |
| Lib. d'un double-nelson (clé à la nuque) | • 1 variante |
| Déf. contre coups de poing | • 3 variantes |
| Déf. contre coups de pied | • 3 variantes |
| Déf. c. attaque au couteau | • 2 variantes |

| | |
|---|---|
| Déf. c. attaque au pistolet | • 2 variantes |
| Techniques de coups | • c. de genou |
| | • c. de coude |
| | • coup de tête |
| Défenses contre plusieurs agresseurs les uns après les autres | • venant d'une seule direction (en ligne) |

Pour l'examen, chaque participant prend son propre partenaire avec lui. L'examen de self-défense est à réussir avant le test de condition physique.

3.1.4 GM1 TC4 Arbitrage

Le candidat doit être en possession d'une licence d'arbitre national de niveau B au minimum.

3.2 GM1 Test de condition physique

3x3 minutes de saut à la corde avec variations
60 flexions de jambes
60 appuis faciaux
80 flexions du tronc.

3.3 GM1 Test technique

Boxer contre son ombre ("Shadow boxing"):

Techniques de poings 1x3 minutes
Techniques de jambes 1x3 minutes
Combinaison des deux 1x3 minutes

Positions de combat de base:

Position vers l'avant
Position de profil (dite "du cavalier")
Position vers l'arrière.

Déplacements:

En position vers l'avant

- avancer et reculer
- pas glissé en avant et en arrière, vers la gauche et vers la droite.
- pas chassé en avant.

En position de profil

- pas glissé en avant et en arrière
- pas chassé en avant.

En position vers l'arrière

- avancer et reculer
- pas glissé en avant et en arrière, vers la gauche et vers la droite

Techniques de poings:

Directs

- des poings avant et arrière
- en avançant et en reculant
- en glissant
- sur place

Crochets latéraux et remontants ("uppercut")

- des poings avant et arrière
- en avançant et en reculant
- en glissant
- sur place

Parades

- à gauche et à droite
- avec la main avant et arrière
- hautes, vers l'intérieur, vers l'extérieur, vers le haut
- moyennes, vers l'intérieur, vers l'extérieur
- basses, vers l'intérieur, vers l'extérieur

Protections:

- protection de la tête, à gauche et à droite
- avec le poing avant ou arrière.
- double protection.
- protection latérale des deux côtés de la tête.

Blocage avec le coude ou l'avant-bras, à gauche et à droite.

Double blocage.

Blocage avec le bras ou l'épaule.

Techniques de jambes:

Gauche et droite

- avec la jambe avant et arrière
- avec déplacement vers l'avant et vers l'arrière
- avec pas chassé (jambe avant seulement)
- sur place.

Coup de pied de face

- au corps ou à la tête.

Coup de pied latéral

- vers l'avant et vers le côté
- au corps ou à la tête.

Coup de pied circulaire ou fouetté

- au corps ou à la tête.

Coup de pied vers l'arrière

- au corps ou à la tête.

Crochet du pied

- au corps ou à la tête.

Coup de pied descendant avec le talon

- au corps ou à la tête.

Coup de pied en croissant ou en demi-lune

- au corps ou à la tête.

Blocage avec le genou.

Trois différents coups de pied sautés.

Trois différentes techniques de balayage.

Esquives avec déplacement:

Pas en arrière

Sursaut en arrière

Pas latéral

Sursaut latéral

Esquives du corps

Esquiver

- vers le bas
- vers l'avant en biais
- vers le côté
- se pencher vers l'arrière
- en rotation
- avec balancement

Enchaînements:

Imposés par l'expert.

Poings et/ou jambes:

- de trois à cinq techniques
- avec déplacement vers l'avant et vers l'arrière
- avec pas glissé
- avec pas chassé
- sur place.

Exercices à deux

Imposés par l'expert.

Travail au sac

Techniques de poings 1x3 minutes

Techniques de jambes 1x3 minutes

Combinaison des deux 1x3 minutes

Combats d'entraînement

Techniques de poings

- 1x1 min. attaque seulement
- 1x1 min. défense seulement

Techniques de jambes

- 1x1 min. attaque seulement
- 1x1 min. défense seulement

Combat d'entraînement

- 3x3 minutes

4 GM2 Ceinture noire 2^{ème} grade de maître

Les candidats ayant déjà passé le test technique pour le 1^{er} grade de maître auprès de la FSKB n'ont plus qu'à réussir l'un des tests complémentaires suivants:

4.1 GM2 TC1 Test de compétition

50 points de combat en semi ou light-contact A ou en full-contact.

| Compétitions nationales | Victoire | Match nul | Défaite |
|--|--------------------|--------------------|--------------------|
| Semi-contact A | 2 points de combat | 1 point de combat | 1 point de combat |
| Light-contact A | 2 points de combat | 1 point de combat | 1 point de combat |
| Full-contact Poule A, combat pour le titre | 4 points de combat | 2 points de combat | 2 points de combat |
| Full-contact Poule B, C, etc... | 2 points de combat | 1 point de combat | 1 point de combat |
| Compétitions internationales (équipe nationale) | Victoire | Match nul | Défaite |
| Semi-contact | 4 points de combat | 2 points de combat | 2 points de combat |
| Light-contact | 4 points de combat | 2 points de combat | 2 points de combat |
| Full-contact | 8 points de combat | 4 points de combat | 4 points de combat |

Les points doivent être obtenus dans les trois années précédant l'examen. Les points obtenus avant le 1^{er} grade de maître ne sont pas valables.

4.2 GM2 TC2 Formes

Formes de base

- 1^{ère}, 2^{ème}, 3^{ème}, 4^{ème} et 5^{ème} formes du style de l'école resp. du club

Formes supérieures

- 4 formes du style de l'école resp. du club

Forme libre

- 1 forme libre

Les formes sont à présenter aux experts nommés.

4.3 GM2 TC3 Self-défense

Le candidat doit avoir suivi 8 cours de self-défense organisés par la FSKB dans les 3 ans précédant l'examen. Les cours suivis avant le 1^{er} grade de maître ne sont pas valables. Les techniques suivantes seront examinées:

| | | | |
|---------------------------------|---|---|--|
| Techniques de chute | <ul style="list-style-type: none"> • en arrière • de côté • en avant • par dessus un obstacle | Lib. d'un double-nelson (clé à la nuque) | • 1 variante |
| Prises de transport | • 2 variantes | Déf. contre coups de poing | • 3 variantes |
| Techniques de projection | • 3 variantes | Déf. contre coups de pied | • 3 variantes |
| Techniques des clés | • 3 variantes | Déf. c. attaque au couteau | • 2 variantes |
| Techniques d'immobilisation | • 3 variantes | Déf. c. attaque au pistolet | • 2 variantes |
| Libérations d'étranglement | • 4 variantes | Techniques de coups | • c. de genou |
| Libérations au sol | • 3 variantes | | • c. de coude |
| Lib. d'une saisie en ceinture | • 2 variantes | Défenses contre plusieurs agresseurs les uns après les autres | • coup de tête |
| Lib. de saisie aux revers | • 2 variantes | | • venant d'une seule direction (en ligne) |
| Lib. de saisie aux cheveux | • 2 variantes | | • venant de plusieurs directions (en cercle) |
| Lib. saisie en collier de force | • 2 variantes | | |

Pour l'examen, chaque participant prend son propre partenaire avec lui.

4.4 GM2 TC4 Arbitrage

Le candidat doit être en possession d'une licence d'arbitre national de niveau B au minimum. Il doit avoir obtenu, depuis son 1^{er} grade de maître, deux licences d'arbitre au minimum.

5 GM3 Ceinture noire 3^{ème} grade de maître

Les candidats ayant déjà passé le test technique pour le 1^{er} grade de maître auprès de la FSKB n'ont plus qu'à réussir l'un des tests complémentaires suivants:

5.1 GM3 TC1 Test de compétition

50 points de combat en semi ou light-contact A ou en full-contact.

| Compétitions nationales | Victoire | Match nul | Défaite |
|--|--------------------|--------------------|--------------------|
| Semi-contact A | 2 points de combat | 1 point de combat | 1 point de combat |
| Light-contact A | 2 points de combat | 1 point de combat | 1 point de combat |
| Full-contact Poule A, combat pour le titre | 4 points de combat | 2 points de combat | 2 points de combat |
| Full-contact Poule B, C, etc... | 2 points de combat | 1 point de combat | 1 point de combat |
| Compétitions internationales (équipe nationale) | Victoire | Match nul | Défaite |
| Semi-contact | 4 points de combat | 2 points de combat | 2 points de combat |
| Light-contact | 4 points de combat | 2 points de combat | 2 points de combat |
| Full-contact | 8 points de combat | 4 points de combat | 4 points de combat |

Les points doivent être obtenus dans les trois années précédant l'examen. Les points obtenus avant le 2^{ème} grade de maître ne sont pas valables.

5.2 GM3 TC2 Formes

Formes de base

- 1ère, 2^{ème}, 3^{ème}, 4^{ème} et 5^{ème} formes du style de l'école resp. du club

Formes supérieures

- 5 formes du style de l'école resp. du club

Formes libres

- 2 formes libres

Les formes sont à présenter aux experts nommés.

5.3 GM3 TC3 Self-défense

Le candidat doit avoir suivi 10 cours de self-défense organisés par la FSKB dans les 4 ans précédant l'examen. Les cours suivis avant le 2^{ème} grade de maître ne sont pas valables. Les techniques suivantes seront examinées:

| | | | |
|---------------------------------|---|---|---|
| Techniques de chute | <ul style="list-style-type: none"> • en arrière • de côté • en avant • par dessus un obstacle | Lib.d'un double-nelson (clé à la nuque) | <ul style="list-style-type: none"> • 1 variante |
| Prises de transport | <ul style="list-style-type: none"> • 2 variantes | Déf. contre coups de poing | <ul style="list-style-type: none"> • 3 variantes |
| Techniques de projection | <ul style="list-style-type: none"> • 3 variantes | Déf. contre coups de pied | <ul style="list-style-type: none"> • 3 variantes |
| Techniques des clés | <ul style="list-style-type: none"> • 4 variantes | Déf. c. attaque au couteau | <ul style="list-style-type: none"> • 2 variantes |
| Techniques d'immobilisation | <ul style="list-style-type: none"> • 4 variantes | Déf. c. attaque au pistolet | <ul style="list-style-type: none"> • 2 variantes |
| Libération d'étranglement | <ul style="list-style-type: none"> • 4 variantes | Techniques de coups | <ul style="list-style-type: none"> • c. de genou • c. de coude • coup de tête |
| Libération au sol | <ul style="list-style-type: none"> • 3 variantes | Défenses contre plusieurs agresseurs les uns après les autres | <ul style="list-style-type: none"> • venant d'une seule direction (en ligne) • venant de plusieurs directions (en cercle) |
| Lib. d'une saisie en ceinture | <ul style="list-style-type: none"> • 2 variantes | Combat au sol contre 3 adversaires | <ul style="list-style-type: none"> • 3x2 minutes |
| Lib. de saisie aux revers | <ul style="list-style-type: none"> • 2 variantes | | |
| Lib. de saisie aux cheveux | <ul style="list-style-type: none"> • 2 variantes | | |
| Lib. saisie en collier de force | <ul style="list-style-type: none"> • 2 variantes | | |

Pour l'examen, chaque participant prend son propre partenaire avec lui.

5.4 GM3 TC4 Arbitrage

Le candidat doit être en possession d'une licence d'arbitre national de niveau B au minimum. Il doit avoir obtenu, depuis son 2^{ème} grade de maître, trois licences d'arbitre au minimum.

6 GM4 Ceinture noire 4^{ème} grade de maître

Les candidats ayant déjà passé le test technique pour le 1^{er} grade de maître auprès de la FSKB n'ont plus qu'à réussir l'un des tests complémentaires suivants:

6.1 GM4 TC1 Test de compétition

50 points de combat en semi ou light-contact A ou en full-contact.

| Compétitions nationales | Victoire | Match nul | Défaite |
|--|--------------------|--------------------|--------------------|
| Semi-contact | 2 points de combat | 1 point de combat | 1 point de combat |
| Light-contact A | 2 points de combat | 1 point de combat | 1 point de combat |
| Full-contact Poule A, combat pour le titre | 4 points de combat | 2 points de combat | 2 points de combat |
| Full-contact Poule B, C, etc... | 2 points de combat | 1 point de combat | 1 point de combat |
| Compétitions internationales (équipe nationale) | Victoire | Match nul | Défaite |
| Semi-contact | 4 points de combat | 2 points de combat | 2 points de combat |
| Light-contact | 4 points de combat | 2 points de combat | 2 points de combat |
| Full-contact | 8 points de combat | 4 points de combat | 4 points de combat |

Les points doivent être obtenus dans les trois années précédant l'examen. Les points obtenus avant le 3^{ème} grade de maître ne sont pas valables.

6.2 GM4 TC2 Formes

Formes de base

- 1ère, 2^{ème}, 3^{ème}, 4^{ème} et 5^{ème} formes du style de l'école resp. du club

Formes supérieures

- 6 formes du style de l'école resp. du club

Formes libres

- 3 formes libres

Les formes sont à présenter aux experts nommés.

6.3 GM4 TC3 Self-défense

Le candidat doit avoir suivi 12 cours de self-défense organisés par la FSKB dans les 5 ans précédant l'examen. Les cours suivis avant le 3^{ème} grade de maître ne sont pas valables. Les techniques suivantes seront examinées:

| | | | |
|---------------------------------|---|---|---|
| Techniques de chute | <ul style="list-style-type: none"> • en arrière • de côté • en avant • par dessus un obstacle | Lib. d'un double-nelson (clé à la nuque) | • 1 variante |
| Prises de transport | • 2 variantes | Déf. contre coups de poing | • 3 variantes |
| Techniques de projection | • 3 variantes | Déf. contre coups de pied | • 3 variantes |
| Techniques des clés | • 4 variantes | Déf. c. attaque au couteau | • 2 variantes |
| Techniques d'immobilisation | • 4 variantes | Déf. c. attaque au pistolet | • 2 variantes |
| Libération d'étranglement | • 4 variantes | Techniques de coups | <ul style="list-style-type: none"> • c. de genou • c. de coude • coup de tête |
| Libération au sol | • 3 variantes | Défenses contre plusieurs agresseurs les uns après les autres | <ul style="list-style-type: none"> • venant d'une seule direction (en ligne) • venant de plusieurs directions (en cercle) |
| Lib. d'une saisie en ceinture | • 2 variantes | Combat au sol contre 3 adversaires | • 3x2 minutes |
| Lib. de saisie aux revers | • 2 variantes | | |
| Lib. de saisie aux cheveux | • 2 variantes | | |
| Lib. saisie en collier de force | • 2 variantes | | |

Pour l'examen, chaque participant prend son propre partenaire avec lui.

6.4 GM4 TC4 Arbitrage

Le candidat doit être en possession d'une licence d'arbitre national de niveau A au minimum. Il doit avoir obtenu, depuis son 3^{ème} grade de maître, quatre licences d'arbitre au minimum.

7 GM5 Ceinture noire 5^{ème} grade de maître

Les candidats ayant déjà passé le test technique pour le 1^{er} grade de maître auprès de la FSKB n'ont plus qu'à réussir l'un des tests complémentaires suivants:

7.1 GM5 TC1 Test de compétition

50 points de combat en semi ou light-contact A ou en full-contact.

| Compétitions nationales | Victoire | Match nul | Défaite |
|--|--------------------|--------------------|--------------------|
| Semi-contact A | 2 points de combat | 1 point de combat | 1 point de combat |
| Light-contact A | 2 points de combat | 1 point de combat | 1 point de combat |
| Full-contact Poule A, combat pour le titre | 4 points de combat | 2 points de combat | 2 points de combat |
| Full-contact Poule B, C, etc... | 2 points de combat | 1 point de combat | 1 point de combat |
| Compétitions internationales (équipe nationale) | Victoire | Match nul | Défaite |
| Semi-contact | 4 points de combat | 2 points de combat | 2 points de combat |
| Light-contact | 4 points de combat | 2 points de combat | 2 points de combat |
| Full-contact | 8 points de combat | 4 points de combat | 4 points de combat |

Les points doivent être obtenus dans les trois années précédant l'examen. Les points obtenus avant le 4^{ème} grade de maître ne sont pas valables.

7.2 GM5 TC2 Formes

Formes de base

- 1ère, 2^{ème}, 3^{ème}, 4^{ème} et 5^{ème} formes du style de l'école resp. du club

Formes supérieures

- 8 formes du style de l'école resp. du club

Formes libres

- 3 formes libres

Les formes sont à présenter aux experts nommés.

7.3 GM5 TC3 Self-défense

Le candidat doit avoir suivi 12 cours de self-défense organisés par la FSKB dans les 5 ans précédant l'examen. Les cours suivis avant le 4^{ème} grade de maître ne sont pas valables. Les techniques suivantes seront examinées:

| | | | |
|---------------------------------|---|---|--|
| Techniques de chute | <ul style="list-style-type: none"> • en arrière • de côté • en avant • par dessus un obstacle | Lib. d'un double-nelson (clé à la nuque) | • 1 variante |
| Prises de transport | • 2 variantes | Déf. contre coups de poing | • 3 variantes |
| Techniques de projection | • 3 variantes | Déf. contre coups de pied | • 3 variantes |
| Techniques des clés | • 4 variantes | Déf. c. attaque au couteau | • 2 variantes |
| Techniques d'immobilisation | • 4 variantes | Déf. c. attaque au pistolet | • 2 variantes |
| Libération d'étranglement | • 4 variantes | Techniques de coups | • c. de genou |
| Libération au sol | • 3 variantes | | • c. de coude |
| Lib. d'une saisie en ceinture | • 2 variantes | Défenses contre plusieurs agresseurs les uns après les autres | • venant d'une seule direction (en ligne) |
| Lib. de saisie aux revers | • 2 variantes | | • venant de plusieurs directions (en cercle) |
| Lib. de saisie aux cheveux | • 2 variantes | Combat au sol contre 3 adversaires | • 3x2 minutes |
| Lib. saisie en collier de force | • 2 variantes | | |

Pour l'examen, chaque participant prend son propre partenaire avec lui.

7.4 GM5 TC4 Arbitrage

Le candidat doit être en possession d'une licence d'arbitre national de niveau A au minimum. Il doit avoir obtenu, depuis son 4^{ème} grade de maître, quatre licences d'arbitre au minimum.