

Divonne, le 19 mai 2021

Chers parents,

**LES ENFANTS sont conviés au passage de grade qui aura lieu :**

**Mercredi 23 juin au gymnase.**

Début du passage : 17 h 30 Fin prévue vers : 18 h 30
---

Les enfants présentent les exercices qu'ils ont appris durant toute l'année.  
Les mercredis précédents sont destinés à réviser afin que les enfants soient en confiance pour le passage de grade.

**1ère partie Technique :**

- Shaolin Wu pu chuan avec applications martiales.
- 18 coups de pieds.
- 12 tiensus.
- Sri moon kuyen (le début pour la ceinture blanche, en entier pour la ceinture jaune)
- Tao des positions (le début pour la ceinture blanche, en entier pour la ceinture jaune)
- Attaque et défense au bâton.

**2ème partie Ji Ben Gong :**

- **3 à 6 Ji ben gong** avec applications martiales
- **Enchaînements** coup de pieds et poings en ligne.
- **Gong fa sur 2 à 4 attaques coups de poings** : 1 à 2 ripostes en pied et 1 à 2 ripostes en poing.

**3ème partie Combat :**

**Combat souple (avec protections, coups non portés) : 1 x 1 min.**  
Le jury note la richesse technique, les déplacements...

Pour obtenir la ceinture supérieure obligation de valider les 3 parties.

L'assiduité, la tenue, l'attitude martiale, le respect durant toute l'année sportive sont pris en compte pour l'obtention de la ceinture supérieure.

**Aucun rattrapage possible ni d'autres dates.**