

Règlement technique des grades de maître

Table des matières

1	Exigences.....	4
1.1	Exigences générales	4
2	Cours obligatoires.....	4
2.1	Cours de Kuatsu.....	4
3	Tests supplémentaires	4
3.1	Points de compétition	5
3.2	Points d'arbitrage.....	5
3.3	Self-défense	5
4	Dispositions formelles.....	5
5	Dispositions relatives à l'examen.....	5
5.1	Organisation de l'examen.....	5
5.2	Inscription	6
5.3	Examen préliminaire.....	6
5.4	Équipement	7
5.5	Équipement manquant ou incorrect.....	7
5.6	Responsabilité et assurance.....	7
5.7	Problèmes de santé temporaires.....	7
5.8	Limitations physiques permanentes	8
5.9	Abandon de l'examen par le candidat	8
6	Contenu et déroulement de l'examen du grade de maître.....	9
6.1	Confirmation de la réussite de l'examen.....	9
6.2	Répétition de l'examen	9
7	Grades de maître supérieurs.....	10

7.1	1er grade de maître	10
7.2	2e – 5e grade de maître	10
7.3	Délais d'attente pour les grades de maître	10
7.4	6e grade de maître et plus.....	10
7.4.1	Attribution ordinaire	10
7.4.2	Frais	11
7.5	Attribution extraordinaire	11
7.5.1	Frais	11
7.6	Reconnaissance des grades de maître WAKO obtenus à l'étranger.....	11
7.6.1	Examen de contrôle	11
7.6.2	Frais	12
7.7	Reconnaissance des grades de maître non-WAKO	12
7.7.1	Exigences.....	12
7.7.2	Examen de contrôle	12
7.7.3	Frais	13
8	Exigences d'examen – Self-défense	14
9	Commission Technique	14
9.1	Membres de la Commission Technique	14
9.2	Tâches de la Commission Technique.....	14
10	Direction de la Commission Technique	14
11	Direction de l'examen ceinture noire	15
12	Recours	15
13	Sanctions contre les titulaires de grades de maître	15
14	Validité du règlement technique des grades de maître.....	15
15	Annexe A : Tâches et techniques.....	16
16	Annexe B : Self-défense.....	17
17	Annexe C :– Grades de maître 1–5.....	18

Préface du responsable de la Commission Technique

En obtenant le 1er degré de maître en kickboxing, tu as atteint une étape importante sur ton parcours dans ce sport fascinant.

Cette réussite n'est pas seulement une reconnaissance de tes compétences et de ton engagement, mais également une base pour accompagner et soutenir d'autres personnes sur leur propre chemin.

En tant que maître, tu es capable de diriger les entraînements de manière autonome, de faire passer les examens de grades élèves du jaune au marron et d'attribuer les grades correspondants. Tu peux transmettre des techniques qui permettent non seulement d'améliorer les compétences techniques, mais aussi d'approfondir la compréhension de l'art du kickboxing.

De plus, tu as la capacité d'améliorer de manière ciblée la condition physique et la force de tes élèves afin de les préparer de manière optimale à d'éventuels combats en tournoi grâce à des séances d'entraînement adaptées.

L'accent n'est pas seulement mis sur le combat, mais sur le kickboxing en tant que sport complet qui unit discipline, technique, condition physique et force mentale. Cette étape importante t'encourage à continuer à développer tes connaissances et tes compétences afin de servir de modèle et d'inspirer la prochaine génération de kickboxeurs.

Ton engagement contribue à faire vivre les valeurs du sport et à promouvoir le kickboxing comme une passion et une école de vie pour toute la vie.

Salutations sportives

Paolo Ziliotto

Responsable de la Commission Technique

1 Exigences

Les exigences (cf. Annexe C :– Grades de maître 1–5) qui doivent être remplies afin qu'un candidat puisse s'inscrire à l'examen du 1er degré de maître sont décrites ci-dessous. Les exigences doivent pouvoir être justifiées avant l'examen préliminaire. Dans des cas exceptionnels et dûment motivés, et avec l'autorisation de la direction de l'examen, certaines exigences peuvent également être remplies après l'examen préliminaire, mais au plus tard avant l'examen principal.

1.1 Exigences générales

Pour le 1er degré de maître (« ceinture noire »), le candidat doit pratiquer le kickboxing depuis au moins quatre ans. Le candidat doit obligatoirement disposer d'un passeport WAKO ainsi que de quatre licences WAKO Switzerland consécutives, dont une pour l'année en cours.

Pour obtenir le 1er degré de maître, le candidat doit obligatoirement passer l'examen préliminaire et réussir l'examen principal. L'examen préliminaire et l'examen principal se composent tous deux de deux parties : une partie condition physique et une partie technique. Pour que l'examen de maître soit considéré comme réussi dans son ensemble, les deux parties doivent être réussies séparément avec une note minimale de 4.0. La partie technique ne peut être effectuée que si la partie condition physique a été réussie au préalable.

L'âge minimum pour l'examen du 1er degré de maître est de 18 ans. Une exception s'applique aux candidats qui se présentent avec le test supplémentaire « points de compétition ». Pour ces candidats, l'âge minimum est de 16 ans.

2 Cours obligatoires

2.1 Cours de Kuatsu

Chaque candidat doit suivre un cours de Kuatsu.

Ce cours ne doit être suivi qu'une seule fois et reste valable pour toutes les promotions de grade ultérieures.

3 Tests supplémentaires

Lors de l'inscription à l'examen du 1er degré de maître, chaque candidat doit avoir réussi au moins un des tests supplémentaires suivants :

- Points de compétition
- Points d'arbitrage
- Self-défense

3.1 Points de compétition

Pour le test supplémentaire « points de compétition », 50 points doivent avoir été obtenus depuis la dernière attribution de grade. Les points de compétition peuvent être complétés par des points d'arbitrage. Le système de points est le suivant :

Type de compétition	Victoire	Défaite	Match nul
National (PF, LC, KL)	2 points	1 point	-
National (sports de ring)	4 points	2 points	1 point
International (PF, LC, KL, y compris catégories débutants)	4 points	2 points	-
International (sports de ring)	8 points	4 points	4 points

3.2 Points d'arbitrage

Pour le test supplémentaire « points d'arbitrage », 50 points doivent avoir été obtenus depuis la dernière attribution de grade. Les points d'arbitrage peuvent être complétés par des points de compétition. Le système de points est le suivant :

Type de tournoi	engagement toute la journée	engagement demi-journée	forfait pour tous les jours
National	6 points	3 points	-
Tournois internationaux	-	-	15 points
Championnats d'Europe et du monde	-	-	20 points

Les licences d'arbitre sont assimilées aux licences de combattant.

3.3 Self-défense

Pour le test supplémentaire « self-défense », le candidat doit, au cours des deux années précédant l'examen principal, avoir suivi quatre cours de self-défense organisés par WAKO Switzerland et avoir réussi l'examen correspondant.

Pour l'examen, le candidat est lui-même responsable de convoquer un partenaire de sparring.

L'examen de self-défense doit être effectué avant l'examen principal.

4 Dispositions formelles

Outre les exigences mentionnées ci-dessus, le candidat doit également soumettre les documents suivants pour l'inscription à l'examen du 1er degré de maître :

- Extrait du casier judiciaire (datant de moins de 6 mois)
- Passeport WAKO Switzerland
- licences WAKO Switzerland consécutives, dont une valable pour l'année en cours

5 Dispositions relatives à l'examen

5.1 Organisation de l'examen

Outre les exigences (points 1 à 4), l'obtention du 1er degré de maître exige obligatoirement la réussite de l'examen technique (composé de l'examen préliminaire et de l'examen principal) devant l'équipe d'experts de la commission d'examen. Dans ce qui suit, le terme examen de maître se réfère à l'obtention du 1er degré de maître.

L'organisation d'un examen de maître relève de la direction de l'examen et de son équipe d'experts. Celle-ci détermine les exigences et le cadre de la procédure.

L'examen de maître est ouvert sur la plateforme Sportdata pour les candidats admis et l'outil d'inscription est mis à disposition.

La direction de l'examen désigne les experts nécessaires pour l'organisation de l'examen. Selon le nombre de candidats, l'équipe d'experts peut être composée de trois ou quatre experts.

5.2 Inscription

Pour pouvoir s'inscrire à un examen de maître, le candidat doit remplir toutes les exigences (points 1 à 4).

L'inscription est effectuée par le responsable du club ou l'entraîneur du club dans lequel le candidat s'entraîne ou dont il est membre.

Les formulaires d'inscription et les demandes pour tous les degrés de maître sont disponibles sur le site web wako.ch.

En plus de l'inscription du candidat, un coach doit également être inscrit et être présent lors de l'examen de maître (examen préliminaire et examen principal).

L'inscription à l'examen de maître, y compris celle du coach accompagnant, se fait exclusivement via Sportdata.

Un coach accompagnant peut également s'inscrire pour plusieurs candidats de son club.

Le formulaire de demande dûment rempli ainsi que tous les documents requis doivent être envoyés à l'administration de la Commission Technique au moins deux semaines avant l'examen de maître. Ces documents seront traités de manière confidentielle.

Si des condamnations figurent dans l'extrait du casier judiciaire, la Commission Technique décide de l'admission à l'examen en fonction de la situation concrète du candidat.

Lors de l'inscription à l'examen de maître, WAKO Switzerland perçoit des frais d'examen de CHF 200.—, qui doivent être payés avant le début de l'examen préliminaire.

5.3 Examen préliminaire

L'examen préliminaire est obligatoire et sert à évaluer le niveau du candidat. Toutefois, il n'est pas nécessaire de réussir l'examen préliminaire pour pouvoir s'inscrire à l'examen principal. Bien que l'examen préliminaire ne doive pas être réussi, l'expert examinateur donne lors d'un entretien une recommandation indiquant si le candidat devrait s'inscrire à l'examen principal. La décision finale d'inscription à l'examen principal appartient toutefois au candidat.

L'évaluation de l'examen préliminaire est identique à celle de l'examen principal et est communiquée par écrit au candidat au plus tard deux semaines après l'examen préliminaire.

L'examen préliminaire n'est valable que pour l'examen principal organisé durant la même année. Si l'examen principal n'est pas effectué ou n'est pas réussi, l'examen préliminaire doit être répété l'année suivante.

5.4 Équipement

Chaque candidat est responsable d'apporter l'équipement correct et complet pour l'examen de maître. Aucun vêtement ni équipement ne sera fourni par l'équipe d'experts.

La tenue suivante est obligatoire :

- Pantalon de kickboxing
- T-shirt du club
- Ceinture marron

Lors des exercices avec partenaire et des combats d'entraînement, les candidats sont libres d'utiliser leur propre équipement individuel. Toutefois, les éléments d'équipement suivants sont obligatoires au minimum :

- Gants de boxe ou gants de point fighting
- Protège-tibias
- Protège-pieds
- Protège-dents
- Coquille de protection (hommes)
- Protège-poitrine (femmes)
- Casque (uniquement pour les combats d'entraînement)
- Le travail au sac doit être effectué avec des gants fermés. Il peut s'agir de gants de boxe classiques ou de gants spécifiques pour sac.
- Le port du casque est obligatoire pour les combats de sparring.

5.5 Équipement manquant ou incorrect

Un équipement manquant ou incorrect sera signalé lors de l'examen préliminaire. Le bloc d'examen concerné sera évalué avec une note insuffisante de 3.5.

Lors de l'examen principal, il appartient au responsable de l'examen de décider de sanctionner le candidat dans le bloc concerné par une note insuffisante de 3.5 ou, dans les cas extrêmes, par une exclusion de l'examen.

5.6 Responsabilité et assurance

À l'exception des combats d'entraînement, le port du casque n'est pas obligatoire pour l'examen de maître. Toutefois, le port d'un casque est fortement recommandé et la fédération décline toute responsabilité en cas de blessure.

L'assurance relève exclusivement de la responsabilité des candidats.

5.7 Problèmes de santé temporaires

Si un candidat ne peut pas effectuer une partie de l'examen ou certains mouvements en raison de douleurs ou de blessures récemment survenues, il doit se retirer de l'examen de maître. Les problèmes de santé temporaires ne seront pas pris en compte lors du passage de l'examen.

Les experts ne tiennent pas non plus compte des blessures survenant pendant l'examen. Il est de la responsabilité du candidat de passer l'examen sans blessure.

5.8 Limitations physiques permanentes

Si un candidat présente des limitations physiques permanentes, un certificat médical correspondant doit être joint au formulaire d'inscription. Sans ce certificat, aucune limitation ne pourra être prise en considération.

Dans le cas de limitations physiques permanentes, les points suivants doivent être respectés :

Le formulaire « Certificat médical pour candidats à l'examen de maître » disponible sur le site wako.ch doit être rempli et transmis à l'administration de la Commission Technique au moins deux semaines avant l'examen du 1er degré de maître.

Le certificat médical doit indiquer précisément les troubles, les situations dans lesquelles ils apparaissent et les exercices potentiellement concernés.

Lors de l'examen préliminaire, il sera discuté avec le candidat quels mouvements ou exercices sont concernés par ces limitations. Sur cette base, il sera décidé quels exercices peuvent être supprimés ou éventuellement remplacés par d'autres. Un procès-verbal contraignant pour les deux parties sera établi concernant l'accord conclu entre l'équipe d'experts et le candidat. Celui-ci sert à garantir la traçabilité ultérieure.

La décision d'admettre un candidat présentant des limitations physiques permanentes à l'examen relève de la responsabilité de la direction de l'examen. Il peut également être examiné si une session d'examen séparée avec des exercices spécifiques est envisageable.

5.9 Abandon de l'examen par le candidat

Le candidat peut interrompre l'examen à tout moment. L'examen est alors considéré comme non réussi et doit être entièrement répété.

6 Contenu et déroulement de l'examen du grade de maître

L'examen de grade de maître est divisé en une partie condition physique et une partie technique. De plus amples informations sur les exercices et les tâches, ainsi que sur les techniques évaluées, figurent dans « Annexe A : Tâches et techniques »:

Étant donné que les appellations des techniques peuvent varier selon les clubs, la dénomination anglaise de toutes les techniques s'applique lors de l'examen, comme indiqué ci-dessus. Les experts présenteront certaines techniques et combinaisons. Outre les techniques classiques, les mouvements d'esquive et d'évitement ainsi que les techniques de blocage et de contre dans différentes variations seront également évalués.

6.1 Confirmation de la réussite de l'examen

À l'issue de l'examen, toutes les feuilles d'évaluation, signées par les experts respectifs, sont transmises à l'administration pour analyse.

Les candidats reçoivent dans un délai de 14 jours après l'examen les feuilles d'évaluation des différents experts, y compris les notes de l'examen préliminaire et/ou principal.

En cas de réussite claire de l'examen principal, le passeport, la ceinture noire et le diplôme sont remis au candidat directement après l'examen principal.

Un examen réussi inscrit dans le passeport WAKO Switzerland n'est valable qu'avec la signature de la direction de l'examen.

Les diplômes de grade de maître ne sont valables qu'avec les signatures du président, de la direction de l'examen et d'un expert.

6.2 Répétition de l'examen

Un examen principal non réussi ne peut être répété qu'après un délai d'attente d'un an. Si l'examen n'est pas réussi une deuxième fois, le délai d'attente est à nouveau d'un an. Si l'examen n'est pas réussi une troisième fois, la direction de l'examen fixe la prochaine date.

Un test supplémentaire réussi reste valable et ne doit pas être répété.

La taxe de CHF 200.– doit être payée à nouveau.

Un extrait du casier judiciaire doit être soumis à nouveau en respectant la durée maximale de validité de 6 mois.

En cas d'abandon de l'examen, l'examen complet doit être répété intégralement.

7 Grades de maître supérieurs

Pour le 1er grade de maître ainsi que pour les grades de maître supérieurs, certains délais d'attente et conditions doivent être remplis. Les conditions concrètes pour les grades de maître supérieurs sont décrites ci-dessous.

7.1 1er grade de maître

Le 1er grade de maître ne peut être obtenu que par un examen.

(Voir Annexe C :– Grades de maître 1–5)

7.2 2e – 5e grade de maître

À partir du 2e grade de maître, des exigences réduites s'appliquent au candidat / à la candidate. (Voir Annexe C :– – Grades de maître 1–5)

7.3 Délais d'attente pour les grades de maître

Les délais d'attente pour chaque grade de maître correspondent au grade lui-même (grade/années), à savoir : **6:6 – 7:7 – 8:8 – 9:9**

À partir de 60 ans, le délai d'attente pour chaque grade de maître est de 5 ans.

L'attribution ordinaire est limitée au 9e grade de maître.

7.4 6e grade de maître et plus

Pour le 6e grade de maître et les grades supérieurs, les dispositions particulières suivantes s'appliquent. L'attribution du grade supérieur est exclusivement décidée par la Commission Technique.

Les grades de maître à partir du 6e grade ne peuvent pas être demandés directement par les candidats eux-mêmes. Ils doivent être proposés par le responsable du club, avec justification écrite (procédure ordinaire), ou sur recommandation de la Commission Technique (procédure extraordinaire).

7.4.1 Attribution ordinaire

La demande écrite du responsable du club doit contenir une justification détaillée indiquant les compétences, les succès et les prestations particulières qui qualifient le candidat / la candidate pour l'attribution du grade supérieur.

Pour l'attribution ordinaire du grade de maître, au moins un des critères suivants doit être rempli ::

- Travail avec la relève / promotion durable et à long terme de la relève
- Fonctions officielles à long terme au sein de la fédération
- Autres activités durables et à long terme pour la fédération
- Travail de club durable et précieux à long terme

La Commission Technique examine la demande du responsable du club sur la base des critères décrits.

La Commission Technique peut refuser la demande, en indiquant les raisons concrètes. Une décision de refus est communiquée par écrit par e-mail.

7.4.2 Frais

Les frais s'élèvent à CHF 200.– par grade de maître.

7.5 Attribution extraordinaire

Le 1er grade de maître ne peut être obtenu qu'en réussissant l'examen de grade de maître. Une attribution pour prestations extraordinaires est exclue.

Une attribution de grade de maître pour prestations extraordinaires (dite attribution extraordinaire) n'est donc possible qu'à partir du 2e grade de maître. Elle nécessite l'accord de la Commission Technique.

Lors de l'attribution extraordinaire de grades de maître, aucun grade ne peut être sauté.

La demande d'attribution extraordinaire peut être faite par :

- la direction de la Commission Technique
- un responsable de club

Une reconnaissance peut être accordée pour :

- des succès internationaux aux championnats du monde ou d'Europe
- une activité de longue durée dans le domaine technique
- des fonctions dirigeantes

à condition qu'il s'agisse de prestations particulièrement exceptionnelles.

Dans ces cas, le grade immédiatement supérieur est attribué au membre concerné.

Les délais d'attente entre les grades doivent être respectés.

La décision d'attribution appartient à la Commission Technique..

7.5.1 Frais

Les attributions extraordinaires sont exemptées de frais.

7.6 Reconnaissance des grades de maître WAKO obtenus à l'étranger

Un candidat peut passer un examen de grade de maître lors d'un séjour à l'étranger ou lors d'un cours suivi à l'étranger.

Si le candidat / la candidate est membre de WAKO Switzerland, il / elle doit en informer à l'avance la Commission Technique, qui doit approuver la demande de reconnaissance.

La reconnaissance ne peut être accordée que si l'examen a été effectué auprès de la commission d'examen WAKO étrangère correspondante.

Le candidat / la candidate doit fournir une confirmation écrite attestant qu'il / elle est titulaire du grade à reconnaître.

Cette confirmation doit être délivrée par l'organisation qui a attribué le grade.

Le formulaire d'inscription pour les grades de maître disponible sur le site wakoswitzerland.ch doit être utilisé..

7.6.1 Examen de contrôle

Si le 1er grade de maître a été obtenu auprès de WAKO Switzerland, un examen de contrôle n'est pas requis. Dans le cas contraire, un examen de contrôle est obligatoire.

Un examen de contrôle / cours / leçon du demandeur ou de la demandeuse est observé et évalué par un expert mandaté par la direction de la Commission Technique. La décision concernant la reconnaissance du grade de maître est prise sur la base de la qualité technique.

Lors de l'évaluation de la qualité technique, il doit être garanti que le demandeur ou la demandeuse possède les qualifications nécessaires d'un détenteur de grade de maître en kickboxing afin de pouvoir former correctement ses élèves.

À l'issue de cette évaluation, l'expert mandaté rédige un rapport sur les résultats de l'évaluation.

La direction de la Commission Technique décide de l'attribution du grade de maître sur la base de cette évaluation.

7.6.2 Frais

Les frais pour la reconnaissance d'un grade de maître WAKO obtenu à l'étranger s'élèvent à CHF 200.– par grade reconnu.

Exemple :

Si le 3e et le 4e grade de maître ont été obtenus à l'étranger au sein de WAKO et peuvent être justifiés, les coûts pour la reconnaissance du 4e grade de maître en Suisse s'élèvent à CHF 400.– (2 × CHF 200.–).

7.7 Reconnaissance des grades de maître non-WAKO

Les grades de maître provenant d'autres arts martiaux ou d'autres fédérations peuvent être reconnus, sur demande, par la direction de la Commission Technique.

Seul le 1er grade de maître est reconnu, indépendamment du grade détenu par le demandeur ou la demandeuse. Cette règle s'applique aux fédérations nationales et internationales.

Le formulaire officiel de demande pour la reconnaissance des grades de maître non-WAKO disponible sur le site wakoswitzerland.ch doit être utilisé.

Les grades de maître supplémentaires doivent être obtenus conformément au règlement des grades de maître. Un examen de contrôle est obligatoire..

7.7.1 Exigences

Voici les exigences pour la reconnaissance des grades de maître non-WAKO :

- Pratiquer le kickboxing depuis au moins trois ans (la preuve incombe au demandeur / à la demandeuse)
- Être membre d'un club ou d'une école affilié(e) à WAKO Switzerland
- Pouvoir présenter deux licences WAKO Switzerland consécutives
- Examen réussi

7.7.2 Examen de contrôle

Un examen de contrôle est obligatoire.

Un examen de contrôle / cours / leçon du demandeur ou de la demandeuse est observé et évalué par un expert mandaté par la direction de la Commission Technique.

La décision concernant la reconnaissance du grade de maître est prise sur la base de la qualité technique.

Lors de l'évaluation de la qualité technique, il doit être garanti que le demandeur ou la demandeuse possède les qualifications nécessaires d'un détenteur de grade de maître en kickboxing afin de pouvoir former correctement ses élèves.

À l'issue de cette évaluation, l'expert mandaté rédige un rapport sur les résultats de l'évaluation.

La direction de la Commission Technique décide de l'attribution du grade de maître sur la base de cette évaluation.

7.7.2.1 Examen

Pour la reconnaissance d'un grade de maître, deux possibilités existent :

1. Si le demandeur / la demandeuse est âgé(e) de moins de 45 ans, le 1er grade de maître doit être obtenu par l'examen régulier de ceinture noire.
2. Si le demandeur / la demandeuse est âgé(e) de 45 ans ou plus, un examen de contrôle / cours / leçon du demandeur ou de la demandeuse est observé et évalué par un expert mandaté par la direction de la Commission Technique. La décision concernant la reconnaissance du grade de maître est prise sur la base de la qualité technique. Lors de l'évaluation de la qualité technique, il doit être garanti que le demandeur ou la demandeuse possède les qualifications nécessaires d'un détenteur de grade de maître en kickboxing afin de pouvoir former correctement ses élèves. Après cette évaluation, l'expert mandaté rédige un rapport sur les résultats de l'évaluation. La direction de la Commission Technique décide de l'attribution du grade de maître sur la base de cette évaluation..

7.7.3 Frais

Les frais s'élèvent à CHF 200.—.

8 Exigences d'examen – Self-défense

Pour les 1er à 5e grades de maître, la self-défense peut être choisie comme test supplémentaire.

Les cours suivis pour un grade de maître ne sont pas pris en compte dans le nombre de cours requis pour l'obtention du grade de maître supérieur.

Le test supplémentaire de self-défense est considéré comme réussi lorsque l'examen a été passé avec succès.

Les exigences ainsi que les techniques à examiner figurent dans « Annexe B : Self-défense ».

9 Commission Technique

La Commission Technique est un groupe de travail au sein de l'association WAKO Switzerland et est soumise au statut éthique de Swiss Olympic.

9.1 Membres de la Commission Technique

La Commission Technique se compose de :

- le responsable de la Commission Technique (nommément Paolo Ziliotto)
- un membre du comité (nommément Georges Nikiteas)
- le remplaçant de la direction des examens ceinture noire (nommément Dave Turkalj))

9.2 Tâches de la Commission Technique

La Commission Technique décide des points suivants. Les décisions sont prises à la majorité. Cette liste est exhaustive :

- modification des frais pour les examens de grades de maître
- attribution extraordinaire à partir du 2e grade de maître
- traitement des recours
- retrait / révocation de grades de maître
- admission à l'examen du 1er grade de maître en cas d'inscription au casier judiciaire
- attribution du 6e grade de maître et des grades supérieurs
- Le comité et le responsable sportif sont informés régulièrement des activités et des décisions de la Commission Technique

10 Direction de la Commission Technique

La direction de la Commission Technique est responsable de :

- l'attribution des grades de maître
- l'assurance qualité des grades de maître
- le contenu et la mise en œuvre des points figurant dans le règlement des grades de maître
- l'élaboration et le développement des règlements techniques
- la coordination de la Commission Technique

- Les modifications et adaptations du règlement technique des grades de maître relèvent exclusivement de la responsabilité du responsable de la Commission Technique.

11 Direction de l'examen ceinture noire

La direction des examens de ceinture noire fait appel à des experts autorisés et validés pour la réalisation des examens de grades de maître.

Ces experts peuvent également être sollicités pour des examens individuels.

Les experts sont désignés par la direction des examens de ceinture noire.

La direction des examens de ceinture noire s'efforce d'intégrer de nouveaux experts dans le pool d'experts.

12 Recours

Les recours contre les décisions concernant l'attribution de grades de maître doivent être adressés dans un délai de deux semaines par e-mail à la direction de la Commission Technique.

La Commission Technique examine le recours et communique sa prise de position par écrit par e-mail.

13 Sanctions contre les titulaires de grades de maître

Le comité est autorisé à imposer des sanctions aux titulaires de grades de maître en cas de violation du statut éthique.

Ces infractions peuvent notamment être sanctionnées par les mesures suivantes :

- interdiction de participation aux tournois et événements WAKO
- exclusion d'une activité exercée dans le cadre de WAKO Switzerland
- exclusion de l'association WAKO Switzerland

La durée de la ou des sanctions est déterminée en fonction de la gravité de l'infraction.

14 Validité du règlement technique des grades de maître

Le présent règlement entre en vigueur le 1er janvier 2026.

Toutes les demandes et requêtes non encore finalisées et confirmées par écrit par la direction de la Commission Technique ou par l'administration technique sont soumises au présent règlement..

15 Annexe A : Tâches et techniques

Partie	Exercices/Tâches	Remarque
Partie condition physique	3x3 minutes de saut à la corde avec variations	
	60 squats	sans kicks
	60 pompes (hommes)	20 sur les poings, pompes serrées et larges
	40 pompes (femmes)	20 sur les poings, pompes serrées et larges
	80 flexions du tronc	
Est admis à la partie technique quiconque réussit la partie condition physique avec une note minimale de 4.0.		
Partie technique	Shadow boxing	1x3 minutes technique des mains
		1x3 minutes technique des jambes (double kick)
		1x3 minutes combiné
	École de base imposée	Technique des mains
		Technique des jambes
		combiné
	Exercices imposés avec partenaire	Technique des mains
		Technique des jambes
		combiné
	Travail au sac	1x3 minutes technique des mains
		1x3 minutes technique des jambes (double kick)
		1x3 minutes combiné
	Boxe attaque / défense	2x1 minutes
	Jambes attaque défense	2x1 minutes (double kick)
	Combat d'entraînement	3x3 minutes combiné (dont 1 round LowKick)
Les techniques suivantes sont notamment examinées (sans garantie) :		
Forward Stands	Backward Stands	Sideway Stands
Frontkick	Sidekick	Roundhousekick
Hookkick	Backkick	Axekick
Slider	Lowkick	Jap
Punch	Cross	Hook
Short Hook	Upper Cut	Backfist

16 Annexe B : Self-défense

	1. Dan	2. Dan	3. Dan / 4. Dan / 5. Dan
Exigences	Cours WAKO Switzerland : 4 au cours des 2 dernières années avant le 1er Dan <i>L'examen de self-défense est effectué séparément. Si la SD est choisie comme test supplémentaire pour le 1er Dan, l'examen de SD doit être réussi.</i>	Nombre de cours WAKO Switzerland : 8	Nombre de cours WAKO Switzerland 3e Dan : 12 Nombre de cours WAKO Switzerland 4e Dan : 16 Nombre de cours WAKO Switzerland 5e Dan : 20
Techniques évaluées	Techniques de chute arrière, latérale, avant, avec obstacles Techniques de transport – 2 variantes Techniques de projection – 3 variantes Techniques de clé – 2 variantes Techniques d'immobilisation – 2 variantes Défense contre étranglement – 4 variantes Défense au sol – 3 variantes Défense contre étreinte – 2 variantes Défense contre saisie du revers – 2 variantes Défense contre saisie des cheveux – 2 variantes Défense contre clé de tête – 2 variantes Défense contre clé de nuque – 1 variante Défense contre coup de poing – 3 variantes Défense contre coup de pied – 3 variantes Techniques de frappe avec genou, coude, tête Plusieurs attaquants successifs venant d'une direction	Techniques de chute arrière, latérale, avant, avec obstacles Techniques de transport – 2 variantes Techniques de projection – 3 variantes Techniques de clé – 3 variantes Techniques d'immobilisation – 3 variantes Défense contre étranglement – 4 variantes Défense au sol – 3 variantes Défense contre étreinte – 2 variantes Défense contre saisie du revers – 2 variantes Défense contre saisie des cheveux – 2 variantes Défense contre clé de tête – 2 variantes Défense contre clé de nuque – 1 variante Défense contre coup de poing – 3 variantes Défense contre coup de pied – 3 variantes Défense contre couteau – 2 variantes Défense contre pistolet – 2 variantes Techniques de frappe avec genou, coude, tête Plusieurs attaquants successifs venant d'une direction Plusieurs attaquants successifs venant de plusieurs directions	Techniques de chute arrière, latérale, avant, avec obstacles Techniques de transport – 2 variantes Techniques de projection – 3 variantes Techniques de clé – 4 variantes Techniques d'immobilisation – 4 variantes Défense contre étranglement – 4 variantes Défense au sol – 3 variantes Défense contre étreinte – 2 variantes Défense contre saisie du revers – 2 variantes Défense contre saisie des cheveux – 2 variantes Défense contre clé de tête – 2 variantes Défense contre clé de nuque – 1 variante Défense contre coup de poing – 3 variantes Défense contre coup de pied – 3 variantes Défense contre couteau – 2 variantes Défense contre pistolet – 2 variantes Techniques de frappe avec genou, coude, tête Plusieurs attaquants successifs venant d'une direction Plusieurs attaquants successifs venant de plusieurs directions Combat au sol contre différents adversaires 3x2 minutes

17 Annexe C :– Grades de maître 1–5

		1. Dan	2. Dan	3. Dan	4. Dan	5. Dan
Administration	Âge minimum	16 (PC) / 18	18 (PC) / 20	21 (PC) / 23	25 (PC) / 27	30 (PC) / 32
	Durée de pratique du kickboxing	min. 4 ans	-	-	-	-
	Licences depuis la dernière attribution	4	2	3	4	4
	Extrait du casier judiciaire (max. 6 mois)	oui	non	non	non	non
Conditions préalables	Grade élève	Ceinture marron	-	-	-	-
	Délai d'attente depuis la dernière attribution	1 an	2 ans	3 ans	4 ans	5 ans
	Cours de Kuatsu	oui	non	non	non	non
Tests supplémentaires	Points de compétition (PC)	50 pts depuis la dernière attribution	50 pts depuis la dernière attribution	50 pts depuis la dernière attribution	50 pts depuis la dernière attribution	50 pts depuis la dernière attribution
	Arbitrage	50 pts depuis la dernière attribution	50 pts depuis la dernière attribution	50 pts depuis la dernière attribution	50 pts depuis la dernière attribution	50 pts depuis la dernière attribution
	Self-défense	4 cours + examen	8 cours après le dernier examen	12 cours après le dernier examen	16 cours après le dernier examen	16 cours après le dernier examen
Examen	Examen préliminaire	oui	non	non	non	non
	Examen principal	oui	non	non	non	non
Spécial	Attribution extraordinaire	non	oui (décision CT)	oui (décision CT)	oui (décision CT)	oui (décision CT)
Frais de demande		CHF 200.00	CHF 200.00	CHF 200.00	CHF 200.00	CHF 200.00