



Programmes passage ceinture noire karaté

WORLD UNION KARATE FEDERATION FRANCE

Programmes et règlements des passages ceinture noires
du 1er au 7ème dans WUKFF
(décembre 2025)



WORLD UNION KARATE FEDERATION FRANCE

WUKF FRANCE, 19 rue des gabians 34250 PALAVAS LES FLOTS
Téléphone +33 (0) 644005861 – Email bureau.info.wukff@gmail.com
Web site www.wukffrance.wordpress.com

PREAMBULE

Les candidats peuvent se présenter à l'examen du premier au sixième Dan WUKF, seulement deux fois par saison sportive.

Les candidats peuvent se présenter à l'examen du septième Dan WUKF, seulement qu'une fois par saison sportive.

Les candidats auront la possibilité de passer ces examens sous deux formes différentes :

Première forme,

un examen classique à passer, avec les épreuves du grade.

Deuxième forme,

sans examen à passer, mais sous une forme de contrôle continue. Trois à cinq stages de formation auront lieu par saison sportive.

Le candidat devra obligatoirement être présent à tous les stages s'il veut valider son grade. Le jury constatera l'évolution du candidat et attribuera, si le candidat répond aux critères d'évolution, le grade à la fin des stages.

Cette formule n'est accessible que pour les grades du 1er Dan WUKF au 3ème Dan WUKF. Le candidat devra obligatoirement être 1er Kyu, avant son inscription aux stages.

Pour les candidats âgés de 60 ans et plus, ils auront la possibilité de ne présenter seulement que quatre épreuves sur six du 1er DAN au 3ème DAN, et ils auront la possibilité de ne présenter seulement que trois épreuves sur quatre du 4ème DAN au 6ème DAN. Dans ce cas ils devront indiquer avant le début de l'examen au jury les épreuves qu'ils ne désirent pas réaliser. Pour ces épreuves non exécutées, ils obtiendront automatiquement la note de 11/20.

Pour les candidats âgés de 70 ans et plus, ils auront la possibilité de ne présenter seulement que quatre épreuves sur six du 1er DAN au 3ème DAN et ils auront la possibilité de ne présenter seulement que trois épreuves sur quatre du 4ème DAN au 6ème DAN. Dans ce cas ils devront indiquer avant le début de l'examen au jury les épreuves qu'ils ne désirent pas réaliser. Pour les épreuves non exécutées, ils obtiendront automatiquement la note de 13/20.



Conditions d'âge :

- Pour se présenter au passage du shodan WUKF, les candidats devront être âgés de 14 ans au jour de l'examen et être ceinture marron depuis au moins 06 mois.
- Pour se présenter au passage du Nidan WUKF, les candidats devront avoir l'âge minimum de 16 ans au jour de l'examen.
- Pour se présenter au passage du Sandan WUKF, les candidats devront être âgés de 21 ans au jour de l'examen.
- Pour se présenter au passage du Yodan WUKF, les candidats devront avoir l'âge minimum de 26 ans au jour de l'examen.
- Pour se présenter au passage du Godan WUKF, les candidats devront avoir l'âge minimum de 35 ans au jour de l'examen.
- Pour se présenter au passage du Rokudan WUKF, les candidats devront être âgés de 40 ans au jour de l'examen.
- Pour pouvoir prétendre au grade du Shichidan WUKF, les candidats devront être âgés de 50 ans au jour de l'envoi du formulaire requis.
- En ce qui concerne les passages de grades du 7eme Dan WUKF, la commission Nationale des grades, sera la seule compétente pour délivrer ce grade. Les candidats prétendants à ce grade, devront envoyer un formulaire de demande de reconnaissance d'attribution de ce grade.
- En ce qui concerne l'octroi des grades du 8ème, 9ème et 10ème Dan WUKF, la commission Nationale des grades, sera la seule compétente pour délivrer ces grades, sur proposition du président et de la commission nationale des grades.

Temps de pratique entre chaque passage de Grade WUKF :

Ce temps de pratique, attesté par le passeport WUKF, ne peut être inférieur à :

- 3 ans pour prétendre au passage du Shodan WUKF
- 2 ans entre le passage du shodan WUKF et celui du Nidan WUKF
- 3 ans entre le passage du Nidan WUKF et celui du Sandan WUKF
- 4 ans entre le passage du Sandan WUKF et celui du Yodan WUKF
- 5 ans entre le passage du Yodan WUKF et celui du Rokudan WUKF
- 5 ans entre le passage du Rokudan WUKF et celui du Shichidan WUKF

PROGRAMME DES PASSAGES DE DAN WUKF

REGLES COMMUNES

Les évaluations de niveau sont identiques pour les hommes et les femmes et sont constituées de 4 ou 6 unités de valeurs.

Pour les passages de grades du 1^{er} et du 2ème Dan WUKF, les candidats auront le choix entre la voie compétition Kumité ou la voie technique traditionnelle.

Pour les passages de grades du 3ème au 6ème Dan WUKF, une seule voie possible, la voie traditionnelle.



EXAMEN POUR L'OBTENTION DU 1^{er} DAN WUKF

Cet examen est constitué de six épreuves, toutes notés sur 20.

Le candidat sera considéré comme reçu à l'examen s'il obtient la moyenne générale de 10/20, soit 60/120.

Le candidat qui aura obtenu une note égale ou inférieure à 5, ne pourra pas valider cette unité de valeur, il devra alors repasser les unités de valeurs qui ne seront pas validées, même s'il obtenait la note globale égale ou supérieure à 60.

Les candidats seront évalués avec un partenaire, qu'ils auront choisi au préalable parmi les candidats de son groupe, pour l'ensemble des épreuves.

Le programme du Kihon du premier au troisième Dan WUKF, sera élaboré par le responsable National ou Régional des Grades et remis au jury.

MODULE 1 - KIHON

Le jury ne peut évaluer que deux candidats à la fois. Le Kihon est composé de deux parties.

La première partie est imposée par le jury et sera composée de techniques de base simples exécutées en aller et retour sur trois pas en avançant ou en reculant.

La deuxième partie est composée de techniques choisies librement par le candidat et doit comporter au minimum **dix** mouvements enchaînés consécutivement.

MODULE 2 - KATA

Le candidat devra présenter un Kata tiré au sort par lui-même, parmi la liste de son programme, indiquée ci-dessous (ou équivalents) :

- HEIAN SHODAN
- HEIAN NIDAN
- HEIAN SANDAN
- HEIAN YODAN
- HEIAN GODAN
- TEKKEI SHODAN

Le jury se réserve le droit de demander d'exécuter un Kata supplémentaire au choix du candidat du programme, afin d'accorder une chance supplémentaire au candidat.



MODULE 3 - KIHON IPPON KUMITE

Il est composé de cinq attaques :

- Oi Zuki Jodan
- Oi Zuki Chudan
- Maé Géri Chudan
- Mawashi Géri Jodan ou Chudan
- Yoko Géri Chudan

Chacune des attaques sera exécutée au choix du candidat, soit à gauche ou à droite, les candidats devront annoncer à chaque fois la technique et le niveau de celle-ci.

Les candidats inverseront les rôles à la fin de l'ensemble de l'épreuve.

MODULE 4 - BUNKAÏ

Les candidats devront présenter trois séquences du kata de leur choix, choisi dans sa liste.

MODULE 5 - JYU IPPON KUMITE

Le candidat devra exécuter trois techniques en annonçant celles-ci, ainsi que leurs niveaux. Ces techniques seront choisies par le jury dans la liste suivante :

- Oi zuki
- Gyaku zuki
- Uraken Uchi
- Mae Geri
- Mawashi Geri
- Yoko Geri

Les candidats se placeront à une distance de trois mètres et devront reprendre la position Hachiji dachi après chaque attaque.

Les candidats inverseront les rôles à la fin de l'ensemble de l'épreuve.

MODULE 6 - JYU KUMITE

Les candidats devront réaliser un assaut souple **d'une minute et trente secondes**. Cet exercice doit permettre au jury d'évaluer l'aspect technique, l'esprit combatif, la maîtrise de l'espace et la variété des techniques réalisées.

Cet exercice ne peut pas s'apparenter à un combat de compétition.



EXAMEN POUR L'OBTENTION DU 2eme DAN WUKF

Cet examen est constitué de six épreuves, toutes notés sur 20.

Le candidat sera considéré comme reçu à l'examen s'il obtient la moyenne générale de 10/20, soit 60/120.

Le candidat qui aura obtenu une note égale ou inférieure à 5, ne pourra pas valider cette unité de valeur, il devra alors repasser les unités de valeurs qui ne seront pas validées, même s'il obtenait la note globale égale ou supérieure à 60.

Les candidats seront évalués avec un partenaire, qu'ils auront choisi au préalable parmi les candidats de son groupe, pour l'ensemble des épreuves.

Le programme du Kihon du premier au troisième Dan WUKF, sera élaboré par le responsable National ou Régional des Grades et remis au jury.

MODULE 1 - KIHON

Le jury ne peut évaluer que deux candidats à la fois. Le Kihon est composé de deux parties.

La première partie est imposée par le jury et sera composée de techniques de base simples exécutées en aller et retour sur trois pas en avançant ou en reculant.

La deuxième partie est composée de techniques choisies librement par le candidat et doit comporter au minimum **vingt** mouvements enchaînés.

Ces mouvements pourront être fractionnés.

MODULE 2 - KATA

Le candidat devra présenter un Kata tiré au sort par lui-même, parmi la liste de son programme, indiqué ci-dessous (ou équivalents) :

- BASSAI DAI
- ENPI
- JION
- HANGETSU
- KANKUDAI

Le jury se réserve le droit de demander d'exécuter un Kata supplémentaire au choix du candidat du programme, afin d'accorder une chance supplémentaire au candidat.



MODULE 3 - IPPON KUMITE

Il est composé de six attaques :

- Oi Zuki Jodan
- Oi Zuki Chudan
- Chuto Uchi Jodan
- Maé Géri Chudan
- Mawashi Géri Jodan ou Chudan
- Yoko Géri Chudan

Les candidats devront obligatoirement introduire dans leurs défenses, sur les six attaques, une clé et une projection.

Chacune des attaques sera exécutée choix du candidat, soit à gauche ou à droite, les candidats devront annoncer à chaque fois la technique et le niveau de celle-ci.

Les candidats inverseront les rôles à la fin de l'ensemble de l'épreuve.

MODULE 4 - BUNKAÏ

Les candidats devront présenter trois séquences du kata de leur choix, choisi dans sa liste.

MODULE 5 - JYU IPPON KUMITE

Le candidat devra exécuter trois techniques en annonçant celles-ci ainsi que leurs niveaux. Ces techniques seront choisies par le jury dans la liste suivante :

- Oi zuki
- Gyaku zuki
- Uraken Uchi
- Mae Geri
- Mawashi Geri
- Yoko Geri

Les candidats se placeront à une distance de trois mètres et devront reprendre la position Hachiji dachi après chaque attaque.

Les candidats inverseront les rôles à la fin de l'ensemble de l'épreuve.

MODULE 6 – KUMITE ARMES

Les candidats devront réaliser des assauts de travail personnel avec armes de **deux minutes**. **Une minute** avec une matraque et **une minute** avec un couteau. Les candidats devront désarmer le partenaire et ensuite produire une ou plusieurs ripostes avec l'arme.



EXAMEN POUR L'OBTENTION DU 3eme DAN WUKF

Cet examen est constitué de six épreuves, toutes notés sur 20.

Le candidat sera considéré comme reçu à l'examen s'il obtient la moyenne générale de 10/20, soit 60/120.

Le candidat qui aura obtenu une note égale ou inférieure à 5, ne pourra pas valider cette unité de valeur, il devra alors repasser les unités de valeurs qui ne seront pas validées, même s'il obtenait la note globale égale ou supérieure à 60.

Les candidats seront évalués avec un partenaire, qu'ils auront choisi au préalable parmi les candidats de son groupe, pour l'ensemble des épreuves.

Le programme du Kihon du premier au troisième Dan WUKF, sera élaboré par le responsable National ou Régional des Grades et remis au jury.

MODULE 1 – KIHON

Le jury ne peut évaluer que deux candidats à la fois. Le Kihon est composé de deux parties.

La première partie est imposée par le jury et sera composée de techniques de base simples exécutées en aller et retour sur trois pas en avançant ou en reculant, puis de techniques multiples sans dépasser trois techniques.

La deuxième partie est composée de techniques choisies librement par le candidat et doit comporter au minimum **trente** mouvements enchaînés.

Ces mouvements pourront être fractionnés.

MODULE 2 - KATA

Le candidat devra présenter un Kata tiré au sort par lui-même, parmi la liste de son programme, indiqué ci-dessous (ou équivalents) :

- GANKAKU
- JITTE
- KANKU SHO
- BASSAI SHO
- TEKKI NIDAN

Le jury se réserve le droit de demander d'exécuter un Kata supplémentaire au choix du candidat du programme, afin d'accorder une chance supplémentaire au candidat.

MODULE 3 - IPPON KUMITE

Il est composé de six attaques :

- Oi Zuki Jodan
- Oi Zuki Chudan
- Aito Uchi Jodan
- Mae Géri Chudan
- Mawashi Géri Jodan ou Chudan
- Ura Mawashi Geri Jodan ou Chudan



Les candidats devront obligatoirement introduire dans leurs défenses sur les six attaques, une clé et deux projections.

Chacune des attaques sera exécutée en totalité au choix du candidat, soit à gauche ou à droite, les candidats devront annoncer à chaque fois la technique et le niveau de celle-ci.

Les candidats inverseront les rôles à la fin de l'ensemble de l'épreuve.

MODULE 4 - BUNKAÏ

Les candidats devront présenter trois séquences d'un kata tiré au sort par le candidat, dans sa liste.

MODULE 5 - JYU IPPON KUMITE

Le candidat devra exécuter trois techniques en annonçant celles-ci, ainsi que leurs niveaux. Ces techniques seront choisies par le jury dans la liste suivante :

- Oi zuki
- Gyaku zuki
- Uraken Uchi
- Mae Geri
- Mawashi Geri
- Yoko Geri
- Ushiro Geri

Les candidats se placeront à une distance de trois mètres et devront reprendre la position Hachiji dachi après chaque attaque.

MODULE 6 – KUMITE ARMES

Les candidats devront réaliser des assauts de travail avec armes de **deux minutes**. Une minute avec une matraque et une **minute** avec un couteau.

Ces techniques seront composées de trois attaques :

- Attaque du haut vers le bas
- Attaque piquée
- Attaque latérale

Les candidats devront désarmer le partenaire et ensuite produire une ou plusieurs ripostes avec l'arme.



EXAMEN POUR L'OBTENTION DU 4ème DAN WUKF

Cet examen est constitué de quatre épreuves, toutes notés sur 20.

Le candidat sera considéré comme reçu à l'examen s'il obtient la moyenne générale de 10/20, soit 40/80.

Le candidat qui aura obtenu une note égale ou inférieure à 5, ne pourra pas valider cette unité de valeur, il devra alors repasser les unités de valeurs qui ne seront pas validées, même s'il obtenait la note globale égale ou supérieure à 40.

Les candidats seront évalués avec un partenaire, qu'ils auront choisi au préalable parmi les candidats de son groupe, pour l'ensemble des épreuves.

MODULE 1 - KIHON

Le jury ne peut évaluer qu'un seul candidat à la fois.

Le Kihon est libre et préparé par le candidat lui-même, il devra être composée de Techniques choisies librement par le candidat et doit comporter au minimum **quarante** mouvements enchaînés.

Ces mouvements pourront être fractionnés.

MODULE 2 - KATA

Le candidat devra présenter deux Kata, dont un tiré au sort par le candidat et l'autre choisi par le candidat parmi la liste de son programme, indiqué ci-dessous (ou équivalents) :

- NIJUSHI HO
- SOCHIN
- JIIN
- UNSU
- TEKKEI SANDAN

MODULE 3 - BUNKAÏ

Les candidats devront présenter quatre séquences d'un kata après tirage au sort par le candidat, dans sa liste.

MODULE 4 - JYU IPPON KUMITE

Le candidat devra exécuter **quatre** techniques de son choix, suite aux attaques réalisées par son partenaire, dont obligatoirement une avec une matraque et une avec un couteau.

Les candidats se placeront à une distance de trois mètres et devront reprendre la position Hachiji dachi après chaque attaque.



EXAMEN POUR L'OBTENTION DU 5ème DAN WUKF

Cet examen est constitué de quatre épreuves, toutes notés sur 20.

Le candidat sera considéré comme reçu à l'examen s'il obtient la moyenne générale de 10/20, soit 40/80.

Le candidat qui aura obtenu une note égale ou inférieure à 5, ne pourra pas valider cette unité de valeur, il devra alors repasser les unités de valeurs qui ne seront pas validées, même s'il obtenait la note globale égale ou supérieure à 40.

Les candidats devront se présenter avec leur partenaire, pour l'ensemble des épreuves.

MODULE 1 – KIHON

Le jury ne peut évaluer qu'un seul candidat à la fois.

Le Kihon est libre et préparé par le candidat lui-même, il devra être composée de Techniques choisies librement par le candidat et doit comporter au minimum **cinquante** mouvements enchaînés.

Ces mouvements pourront être fractionnés.

MODULE 2 - KATA

Le candidat devra présenter deux Kata choisi par le candidat parmi la liste de son programme, indiqué ci-dessous (ou équivalents) :

- MEIKYO
- WANKAN
- CHINTE
- GOJUSHI HO DAI
- GOJUSHI HO SHO

MODULE 3 - BUNKAÏ

Les candidats devront présenter obligatoirement **trois** séquences du kata de leur choix dans la liste, et **deux** séquences sur un kata tiré au sort par le candidat dans la même liste.

MODULE 4 - JYU IPPON KUMITE

Le candidat devra exécuter **quatre** techniques libres de son choix, suite aux attaques réalisées par son partenaire dont obligatoirement une avec une matraque et une avec un couteau.

Les candidats se placeront à une distance de trois mètres et devront reprendre la position de combat après chaque attaque.



EXAMEN POUR L'OBTENTION DU 6ème DAN WUKF

Cet examen est constitué de quatre épreuves, toutes notés sur 20.

Le candidat sera considéré comme reçu à l'examen s'il obtient la moyenne générale de 10/20, soit 40/80.

Le candidat qui aura obtenu une note égale ou inférieure à 5, ne pourra pas valider cette unité de valeur, il devra alors repasser les unités de valeurs qui ne seront pas validées, même s'il obtenait la note globale égale ou supérieure à 40.

Les candidats devront se présenter avec leur partenaire, pour l'ensemble des épreuves.

MODULE 1 – KIHON

Le jury ne peut évaluer qu'un seul candidat à la fois.

Le Kihon est libre et préparé par le candidat lui-même, il devra être composée de Techniques choisies librement par le candidat et doit comporter au minimum **soixante-dix** mouvements enchaînés.

Ces mouvements pourront être fractionnés.

MODULE 2 - KATA

Le candidat devra présenter un Kata choisis par lui, parmi la liste de tous les Kata de son style.

MODULE 3 - BUNKAÏ

Les candidats devront présenter **six** séquences du kata de leur choix, avec deux applications différentes à chaque séquence, si le jury le demande.

MODULE 4 - MEMOIRE

Les candidats devront soutenir un mémoire devant le jury sur le thème de leur choix. Ce mémoire devra être soutenu obligatoirement au début du passage de grade.

Le jury devra poser des questions sur le contenu du mémoire du candidat.

La durée de la soutenance ne devra pas excéder une durée de plus de **quinze minutes**.

EXAMEN POUR L'OBTENTION DU 7ème DAN WUKF

Après envoi du formulaire prévu à cet effet, les candidats seront convoqués au siège de la fédération, afin d'exposer lors d'un entretien avec un jury, son parcours sportif, martial, administratif, enseignant, dirigeant, juge, arbitre, ainsi que son implication dans le développement de la fédération.

Le candidat pourra exécuter s'il le désire une prestation technique de son choix,

Le résultat de son entretien, ainsi que de son grade s'il l'obtient, lui sera indiqué après délibération du jury, à la fin de sa prestation.





Mr Louis DA SILVA
Président de la CNG
Tél 06.14.34.15.35
Email : louvaldasilva@wanadoo.fr

*La Commission Nationale de Grades de la WUKF France
Reproduction interdite*

