



FÉDÉRATION
FRANÇAISE
KARATÉ

RÈGLEMENTATION DE LA CSDGE

**PARTIE TECHNIQUE COMMISSION SPÉCIALISÉE DES DANS
ET GRADES ÉQUIVALENTS**

ffkarate.fr

SAISON 2026-2027

Article 405K – EXAMEN POUR L'OBTENTION DU 4^{ème} Dan

Organigramme du passage de grade Karaté Do 4^{ème} DAN

JURY			
UV 1 : KIHON Noté sur 20	UV 2 : KUMITE Noté sur 20	UV 3 : KATA Noté sur 20	UV 4 : BUNKAI Noté sur 20
Obtention du grade (si $\geq 40/80$)			

L'examen pour l'obtention du 4^{ème} Dan est constitué de 4 épreuves : le kihon, le kumité, le kata et le bunkai.

Pour l'obtention de l'examen le candidat doit obtenir la moyenne générale, soit 40 sur 80 points.

Si le candidat n'obtient pas la moyenne générale, les notes des UV pour lesquelles il a obtenu une note supérieure ou égale à la moyenne restent acquises définitivement. Dans ce cas, seules les UV n'ayant pas obtenu la moyenne devront être repassées jusqu'à obtention de la moyenne générale.

Il n'y a pas de note éliminatoire.

Conformément à la réglementation générale de la CSDGE, le candidat est examiné par un jury composé uniquement de 3 juges qui notent les épreuves.

Pour toutes les épreuves à 2, Le candidat est évalué avec un partenaire qu'il choisit parmi les candidats.

UV 1 : Kihon

Ce test est noté sur 20.

Pour réussir ce test, il faut obtenir la note minimum de 10/20. Pour cette épreuve au 4^{ème} Dan, les candidats passent un par un

Le candidat doit ensuite réaliser avec un partenaire qu'il choisit parmi les candidats, différentes séries d'enchainements de technique de percussion sur cibles.

Uke doit se positionner en faisant deux petits sursauts lents, arrière ou de côté à gauche ou à droite. Tori adapte sa distance et exécute le mouvement technique avec précision et maîtrise, en répétition (au minimum 3 fois).

Cette épreuve est composée de 2 parties distinctes :

- Le candidat réalise un Kihon libre composé de séries d'enchaînements de son choix dans différentes directions tout en se déplaçant ;
- Le candidat doit ensuite réaliser avec un partenaire qu'il choisit parmi les candidats, différentes séries d'enchaînements de techniques de percussion sur cibles. Ces enchaînements de 2 à 3 techniques maximum sont effectués en se déplaçant sur deux pas lent en arrière ou sur le côté droit ou gauche.

Pour cette seconde partie, la recherche de la distance et la maîtrise des techniques de percussions sont les critères privilégiés.

UV 2 : Kumité

Ce test en « JIYU IPPON KUMITE » est noté sur 20 points.

Pour réussir ce test il faut obtenir la note minimum de 10/20.

Le nombre d'attaques est fixé à 5 (au choix à droite ou à gauche).

Le candidat doit réaliser cette épreuve avec un partenaire qu'il choisit parmi les candidats. Tori doit chercher à attaquer au moment opportun. Il doit effectuer un travail de recherche de distance afin de placer efficacement sa technique.

Pour Uke, la perception de l'attaque doit être particulièrement sensible et la contre-attaque judicieusement utilisée, avec des opportunités en Sen no Sen ou Go no Sen. Les deux candidats reprennent leur distance et restent en position de combat.

La notation prendra en compte le travail de Uke et celui de Tori, les candidats assurant tour à tour les deux rôles.

UV 3 : Kata

Ce test est noté sur 20 points.

Pour réussir ce test il faut obtenir la note minimum de 10/20.

Cette épreuve se compose de 2 notes distinctes.

Le candidat rappelle d'abord au jury son style renseigné sur la fiche d'inscription.

Le candidat doit ensuite réaliser deux Kata libres, noté chacun sur 10. Il peut les choisir dans la liste des Kata de 4^{ème} Dan, qui relèvent de son style, mais aussi dans la liste des Katas de 4^{ème} Dan qui relèvent de tout autre style.

Si le candidat se trompe, il peut recommencer son kata mais sa note sera divisée par deux.

UV 4 : Bunkai

Le candidat doit réaliser un Bunkaï noté sur 20 points.

Pour réussir ce test il faut obtenir la note minimum de 10/20.

Le candidat se présente avec un partenaire qu'il choisit parmi les candidats sur les techniques et séquences des Kata de son choix qu'il aura exécuté. Le candidat doit pouvoir démontrer plusieurs applications.

SAISON 2026-2027



FÉDÉRATION
FRANÇAISE
KARATÉ

39, Rue Barbès 92120 MONTROUGE
ffkarate.fr