

WUSHU BRANCHE TAI JI QUAN

EXAMEN POUR L'OBTENTION DU 3ème DUAN TAIJI QUAN

Obtention du Grade si $\geq 50/100$

L'examen du 3ème Duan TaiJi Quan est composé de quatre épreuves

UV 1 : les techniques de base et Taolu (Jibengong/ Tao Lu)

UV 2 : applications martiales (Gong Fang)

UV 3 : les poussées de mains (Tuishou)

UV 4 : Entretien

Les épreuves sont :

UV 1 : Formes et exercices de base (Taolu et Jibengong) (50pts)

1. Présentation d'une forme longue, traditionnelle de son école ou selon le programme de l'IWUF/EWUF.
5 minutes maximum, vitesse au choix du candidat.
2. Exécuter un enchaînement d'armes (Tao-Lu), traditionnel ou selon le programme de l'IWUF/EWUF, au choix parmi celles-ci : armes courtes (épée, sabre, éventail, double éventail) ou armes longues (perche, lance, bâton, hallebarde).
5 minutes maximum.

Le candidat fournit, lors de son inscription au passage de grade, une liste des mouvements des deux taolus dont un avec l'arme présentée.

UV2 : Applications martiales (Gong Fang) (20 pts)

Le candidat exécute un taolu, et le jury désigne une séquence. Le candidat doit être capable de démontrer les applications martiales issues de la séquence choisie par le jury avec un ou plusieurs partenaires au choix.

5 minutes maximum

UV 3 : Poussées des mains (tui shou)

Exécuter, avec le partenaire de son choix, un Tuishou en déplacements linéaires, diagonaux ou circulaires.

Le candidat devra démontrer les 8 portes principales du Tuishou :

« Ba Zhen Tuishou » Parer « Peng » Tirer « Lü » - Presser « Ji » - Appuyer « An » et Si Yu Tuishou : Tordre « Cai » - Séparer « Lie » - Coude « Zhou » - Épaule « Kao » en appui fixe. (20pts)

UV4 : Entretien (10 pts)

À la demande du jury : - Justifier les caractéristiques techniques de la prestation. -
Présenter son cursus de formation technique. 8 minutes maximum