

PARTIE TECHNIQUE

PROGRAMME DES EXAMENS DE DANS ET GRADES

ARTS MARTIAUX VIETNAMIENS TRADITIONNELS

PARTIE TECHNIQUE

**Règlement Spécifique CSDGE
2015/2016**

TABLE DES MATIERES

REGLEMENT DES GRADES AMV TRADITIONNELS

PROGRAMME DES EXAMENS DE DANS ET GRADES DES ARTS MARTIAUX VIETNAMIENS TRADITIONNELS.....

PARTIE TECHNIQUE.....

Article 502-1.AMVT – EXAMEN POUR L’OBTENTION DU 1 ^{er} DANG voie traditionnelle.....	
Article 502-2.AMVT – EXAMEN POUR L’OBTENTION DU 1 ^{er} DANG voie compétition	
Article 503-1.AMVT – EXAMEN POUR L’OBTENTION DU 2 ^{ème} DANG voie traditionnelle.....	
Article 503-2.AMVT – EXAMEN POUR L’OBTENTION DU 2 ^{ème} DANG voie compétition.....	
Article 504-1.AMVT – EXAMEN POUR L’OBTENTION DU 3 ^{ème} DANG voie traditionnelle	
Article 504-2.AMVT – EXAMEN POUR L’OBTENTION DU 3 ^{ème} DANG voie compétition.....	
Article 505.AMVT – EXAMEN POUR L’OBTENTION DU 4 ^{ème} DANG.....	
Article 506.AMVT – EXAMEN POUR L’OBTENTION DU 5 ^{ème} DANG.....	
Article 507.AMVT – EXAMEN POUR L’OBTENTION DU 6 ^{ème} DANG.....	
Article 508.AMVT – EXAMEN POUR L’OBTENTION DU 7 ^{ème} DANG.....	

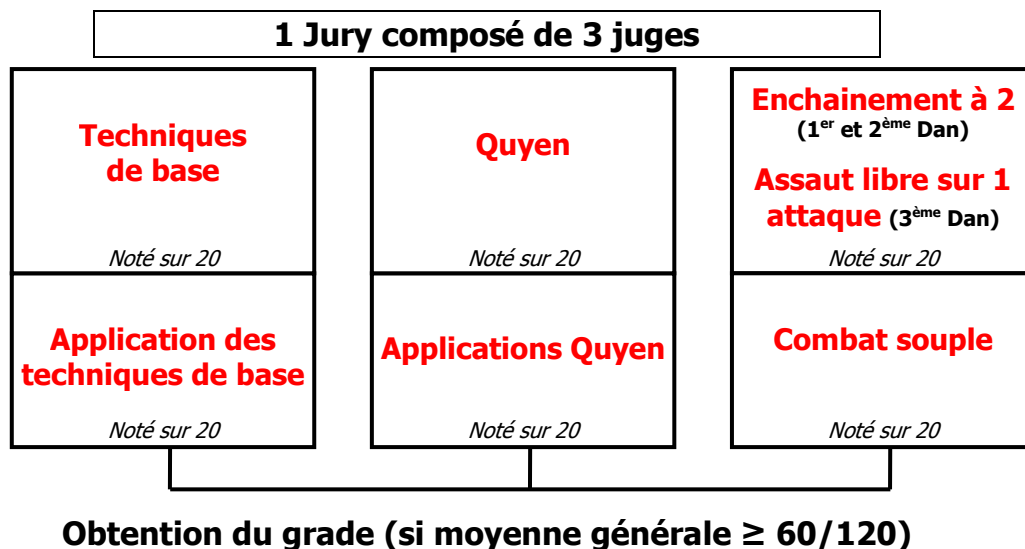
ANNEXES.....

ANNEXE I.AMVT – DISPOSITIONS GENERALES.....	
ANNEXE II.AMVT – PROGRAMME TECHNIQUE OFFICIEL	
ANNEXE III.AMVT – EXERCICES D’ASSAUTS	
ANNEXE IV.AMVT – PROGRAMME QUYEN PAR DANG ET PAR STYLE	

PROGRAMME DES EXAMENS DE DANS ET GRADES DES ARTS MARTIAUX VIETNAMIENS TRADITIONNELS

Article 502.AMVT – EXAMEN POUR L'OBTENTION DU 1^{er} DANG

Organigramme du passage de grade Arts Martiaux Vietnamiens Traditionnels 1^{er} Dang Voie Traditionnelle



Article 502-1. AMVT– Examen 1^{er} Dang voie « traditionnelle »

L'examen du 1^{er} Dang voie « traditionnelle » est composé de 6 épreuves notées chacune sur 20.

Les épreuves sont :

- 1/ Techniques de bases
- 2/ Application des techniques de base
- 3/ Quyen
- 4/ Applications Quyen
- 5/ Enchaînements à 2
- 6/ Combat souple

Conformément à la réglementation générale de la CSDGE, le candidat est examiné par 1 jury composé uniquement de 3 juges qui note l'ensemble des épreuves.

Pour l'obtention de l'examen le candidat doit obtenir la moyenne générale (60/120). 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 (10/20) 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.

EPREUVE N° 1/ Techniques de bases

On ne peut évaluer que deux candidats à la fois à l'épreuve « Techniques de bases ».

Les candidats sont évalués sur des techniques uniques (simples) en avant, en arrière, sur la droite, sur la gauche.

Les candidats sont ensuite évalués sur des techniques d'enchaînements simples, au maximum trois mouvements.

EPREUVE N° 2/ Application des techniques de base

Les deux candidats sont en garde. Les attaques ainsi que le niveau sont annoncés.

Le test sera composé des 6 attaques suivantes :

- 3 techniques de poings
- 3 techniques de pieds

Chacune de ces attaques est exécutée une fois à droite et une fois à gauche

Les candidats inverseront les rôles lorsque l'attaquant aura réalisé toutes ses attaques.

EPREUVE N° 3/ Quyen

Pour l'épreuve Quyen, le candidat rappelle d'abord au jury son style renseigné sur la fiche d'inscription.

Le candidat doit ensuite réaliser deux Quyen de son choix. Il peut les choisir dans la liste des Quyen de 1^{er} Dang de son style, mais aussi dans la liste des Quyen de 1^{er} Dang qui relèvent de tout autre style des Arts Martiaux Vietnamiens.

EPREUVE N° 4/ « Applications Quyen »

Le candidat se présente avec un partenaire de son choix. Ce partenaire doit être âgé de plus de 18 ans et être ceinture noire 1^{er} Dang minimum. Le candidat effectue au moins 3 séquences différentes issues d'un Quyen de son choix de sa liste (pouvant être différent des deux Quyen présentés lors de l'épreuve n° 3).

EPREUVE N° 5/ Enchaînements à 2

Le candidat réalise un enchaînement à 2 pré-arrangé. Sa durée doit être comprise entre 30s et 1mn30s.

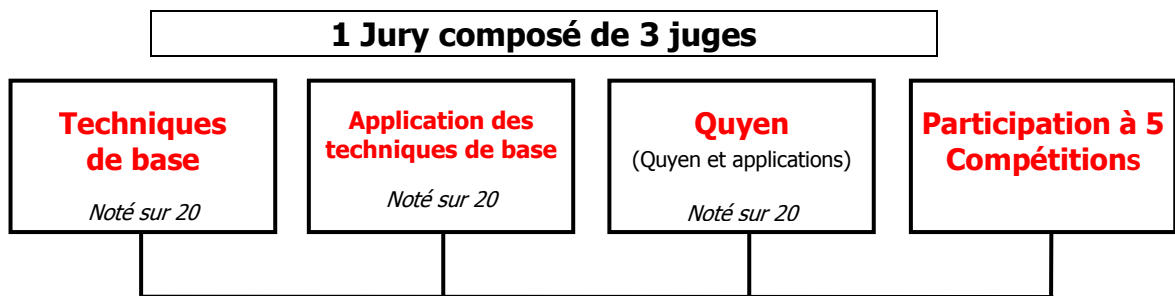
Le candidat se présente avec un partenaire de son choix. Ce partenaire doit être âgé de plus de 18 ans et être ceinture noire 1^{er} Dang minimum.

EPREUVE N° 6/ Combat souple

Il est demandé 1 assaut souple afin d'examiner les qualités techniques des deux candidats. La durée de cet assaut est de 2 mn maximum.

Article 502-2.AMVT – Examen de 1^{er} Dang voie « compétition » (Quyên ou combat)

Organigramme du passage de grade Arts Martiaux Vietnamiens Traditionnels 1^{er} Dang Voie Compétition



Obtention du grade si moyenne générale $\geq 30/60$ + 5 participations aux compétitions

Un candidat qui choisit le passage de 1^{er} Dang voie « compétition » doit passer 4 épreuves, qui sont :

- 1/ Techniques de bases
- 2/ Application des techniques de base
- 3/ Quyên
- 4/ Participation à 5 compétitions

Les 3 épreuves : Techniques de bases, Contre attaque sur 1 pas et Quyên, sont notées par un jury composé de 3 juges.

Le contenu de ces épreuves est identique à la voie « traditionnelle ».

Les 5 participations aux compétitions se déroulent dans toutes les compétitions officielles organisées par les organes déconcentrés (ligues, comités départementaux, interrégions) et au niveau national, et les coupes de styles.

Compétition Combat ou technique :

Le candidat doit mentionner sur son dossier d'inscription son choix définitif entre sa participation aux compétitions combats ou aux compétitions techniques. Il ne pourra cumuler les deux types de participations.

Les candidats devront participer à 5 compétitions officielles (Département, Ligue, inter région, ou national)

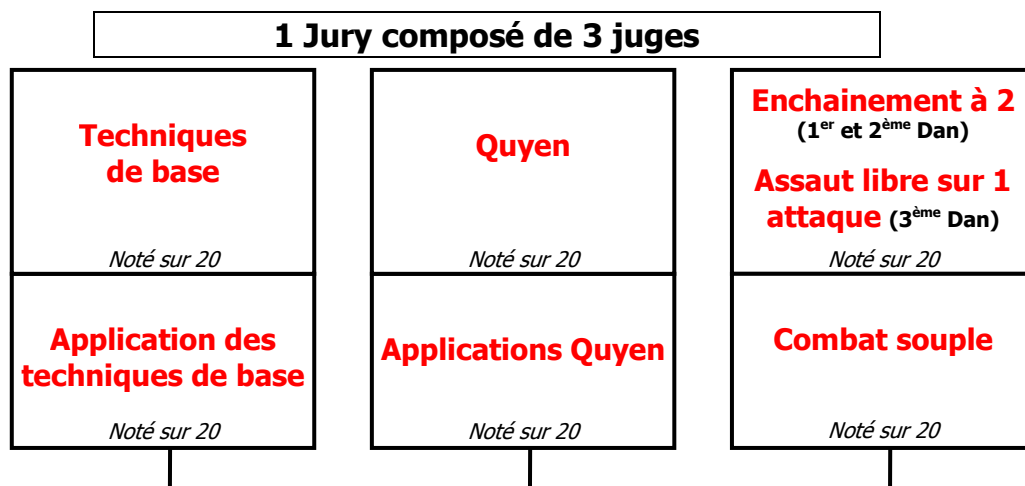
Les cinq participations seront comptabilisées 2 saisons sportives précédent et suivant la saison sportive lors de laquelle se déroule le passage de grade.

Pour bénéficier de l'UV 4, le candidat devra veiller à reporter ses participations sur le passeport sportif:

- par le Président du comité départemental ou son représentant au niveau départemental ;
- par le Président de ligue ou son représentant au niveau régional ;
- par le responsable de la compétition au niveau inter régional et au niveau national.

Article 503.AMVT – EXAMEN POUR L’OBTENTION DU 2^{ème} DANG

Organigramme du passage de grade Arts Martiaux Vietnamiens Traditionnels 2^{ème} Dang Voie Traditionnelle



Obtention du grade (si moyenne générale $\geq 60/120$)

Article 503-1.AMVT – Examen 2^{ème} Dang voie « traditionnelle »

L'examen du 2^{ème} Dang voie « traditionnelle » est composé de 6 épreuves notées chacune sur 20.

Les épreuves sont :

- 1/ Techniques de bases
- 2/ Application des techniques de base
- 3/ Quyên
- 4/ Applications Quyên
- 5/ Enchaînements à 2
- 6/ Combat souple

Conformément à la réglementation générale de la CSDGE, le candidat est examiné par 1 jury composé uniquement de 3 juges qui note l'ensemble des épreuves.

Pour l'obtention de l'examen le candidat doit obtenir la moyenne générale (60/120). Si le candidat n'obtient pas la moyenne générale, les UV pour lesquelles il a obtenu une note supérieure ou égale à la moyenne (10/20) restent acquises définitivement. Dans ce cas, seules les UV n'ayant pas obtenu la moyenne devront être repassées. Il n'y a pas de note éliminatoire.

EPREUVE N° 1/ Techniques de bases

On ne peut évaluer que deux candidats à la fois à l'épreuve « Techniques de bases ».

Les candidats sont évalués sur des techniques uniques (simples).

Les candidats sont ensuite évalués sur des techniques d'enchaînements simples, au maximum trois mouvements, en avant, en arrière, sur la droite, sur la gauche.

EPREUVE N° 2/ Application des techniques de base

Les deux candidats sont en garde. Les attaques ainsi que le niveau sont annoncés.

Le test sera composé des 7 attaques suivantes :

- 3 techniques de poings
- 3 techniques de pieds
- Un enchaînement pied/poing

Chacune de ces attaques est exécutée une fois à droite et une fois à gauche

Les candidats inverseront les rôles lorsque l'attaquant aura réalisé toutes ses attaques.

EPREUVE N° 3/ Quyen

Pour l'épreuve Quyen, le candidat rappelle d'abord au jury son style renseigné sur la fiche d'inscription.

Le candidat doit ensuite réaliser deux Quyen de son choix. Il peut les choisir dans la liste des Quyen de 2^{ème} Dang de son style, mais aussi dans la liste des Quyen de 2^{ème} Dang qui relèvent de tout autre style des Arts Martiaux Vietnamiens.

EPREUVE N° 4/ « Applications Quyen »

Le candidat se présente avec un partenaire de son choix. Ce partenaire doit être âgé de plus de 18 ans et être ceinture noire 1^{er} Dang minimum. Il est évalué sur au moins 4 séquences issues d'un Quyen de son choix de sa liste (pouvant être différent des deux Quyen présentés lors de l'épreuve n° 3).

EPREUVE N° 5/ Enchaînements à 2

Le candidat se présente avec un partenaire de son choix. Ce partenaire doit être âgé de plus de 18 ans et être ceinture noire 1^{er} Dang minimum

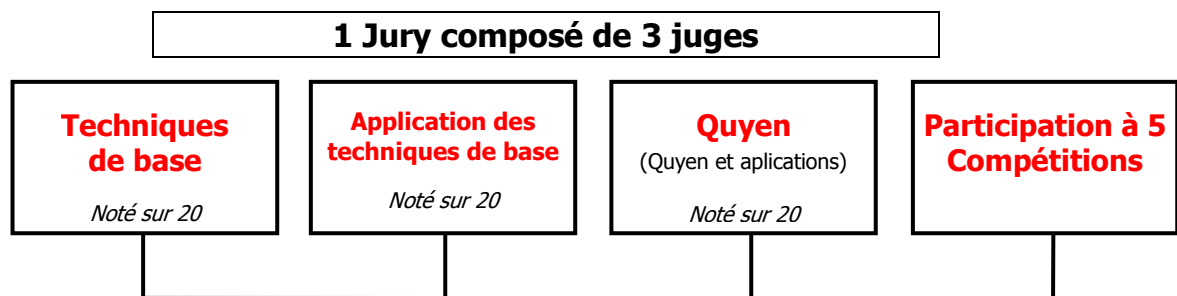
Le candidat réalise un enchaînement à 2 pré-arrangé. Sa durée doit être comprise entre 30s et 1mn30s.

EPREUVE N° 6/ Combat souple

Il est demandé un assaut souple afin d'examiner les qualités techniques des deux candidats. La durée de cet assaut est déterminée par la table d'examen. Sa durée est de deux minutes maximum.

**Article 503-2.AMVT – EXAMEN POUR L’OBTENTION DU 2^{ème} DANG voie
« compétition »**

**Organigramme du passage de grade Arts Martiaux Vietnamiens Traditionnels
2^{ème} Dang Voie Compétition**



Obtention du grade si moyenne générale $\geq 30/60$ + 5 participations aux compétitions

Un candidat qui choisit le passage de 2^{ème} Dang voie « compétition » doit passer 4 épreuves, qui sont :

- 1/ Techniques de bases
- 2/ Application des techniques de base
- 3/ Quyên
- 4/ Participation à 5 compétitions

Les 3 épreuves : Techniques de bases, Contre attaque sur 1 pas et Quyên, sont notées par un jury composé de 3 juges.

Le contenu de ces épreuves est identique à la voie « traditionnelle ».

Les 5 participations aux compétitions se déroulent dans toutes les compétitions officielles organisées par les organes déconcentrés (ligues, comités départementaux, interrégions) et au niveau national, et les coupes de styles.

Compétition Combat ou technique :

Le candidat doit mentionner sur son dossier d’inscription son choix définitif entre sa participation aux compétitions combats ou aux compétitions techniques. Il ne pourra cumuler les deux types de participations.

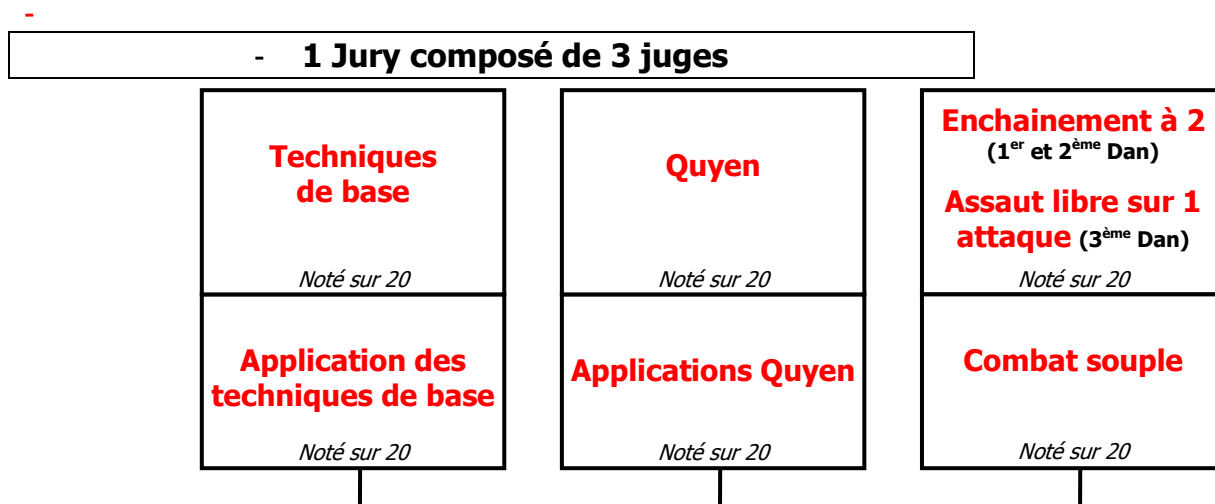
Les candidats devront participer à 5 compétitions officielles (Département, Ligue, inter région, ou national)

Les cinq participations seront comptabilisées 2 saisons sportives précédent et suivant la saison sportive lors de laquelle se déroule le passage de grade.

Pour bénéficier de l’UV 4, le candidat devra veiller à reporter ses participations sur le passeport sportif:

- par le Président du comité départemental ou son représentant au niveau départemental ;
- par le Président de ligue ou son représentant au niveau régional ;
- par le responsable de la compétition au niveau inter régional et au niveau national.

Organigramme du passage de grade Arts Martiaux Vietnamiens Traditionnels 3^{ème} Dang Voie Traditionnelle



- **Obtention du grade (si moyenne générale $\geq 60/120$)**

- **Article 504-1.AMVT – EXAMEN POUR L’OBTENTION DU 3^{ème} DANG (voie traditionnelle)**

- L’examen pour l’obtention du 3^{ème} Dang est constitué de 6 unités de valeur :
- Les épreuves sont :
 - 1/ Techniques de bases
 - 2/ Application des techniques de base
 - 3/ Quyên
 - 4/ Applications Quyên
 - 5/ Assaut libre sur 1 attaque
 - 6/ Combat souple
- Pour l’obtention de l’examen le candidat doit obtenir la moyenne générale (60/120).
- 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 (10/20) 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 1 jury composé uniquement de 3 juges qui note l’ensemble des épreuves.

EPREUVE N° 1/ Techniques de bases

On ne peut évaluer que deux candidats à la fois à l'épreuve « Techniques de bases ».

Les candidats sont évalués sur des techniques uniques (simples) en avant, en arrière, sur la droite, sur la gauche.

Les candidats sont ensuite évalués sur des techniques d'enchaînements simples, au maximum trois mouvements.

EPREUVE N° 2/ Application des techniques de base

Les deux candidats sont en garde. Les attaques ainsi que le niveau sont annoncés.

Le test sera composé des 7 attaques suivantes :

- 3 techniques de poings
- 3 techniques de pieds
- Un enchaînement pied/poing ou poing/pied

Chacune de ces attaques est exécutée une fois à droite et une fois à gauche

Les candidats inverseront les rôles lorsque l'attaquant aura réalisé toutes ses attaques.

EPREUVE N° 3/ Quyen

Pour l'épreuve Quyen, le candidat rappelle d'abord au jury son style renseigné sur la fiche d'inscription.

Le candidat doit ensuite réaliser deux Quyen de son choix. Il peut les choisir dans la liste des Quyen de 3^{ème} Dang de son style, mais aussi dans la liste des Quyen de 3^{ème} Dang qui relèvent de tout autre style des Arts Martiaux Vietnamiens.

EPREUVE N° 4/ « Applications Quyen »

Le candidat est évalué avec un partenaire sur au moins 4 séquences différentes techniques ou séquences issues d'un Quyen de son choix de sa liste (pouvant être différent des deux Quyen présentés lors de l'épreuve n° 3).

Le candidat se présente avec un partenaire de son choix. Ce partenaire doit être âgé de plus de 18 ans et être ceinture noire 1^{er} Dang minimum.

EPREUVE N° 5/ Assaut libre sur 1 attaque

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

L'attaquant doit lancer son attaque au moment opportun. Il effectuera un travail de recherche de distance afin de placer efficacement sa technique.

L'attaque est libre. Elle peut être effectuée à droite ou à gauche. Les candidats se repositionnent en distance après chaque exercice.

La perception de l'attaque devra être particulièrement sensible et la contre attaque judicieusement utilisée.

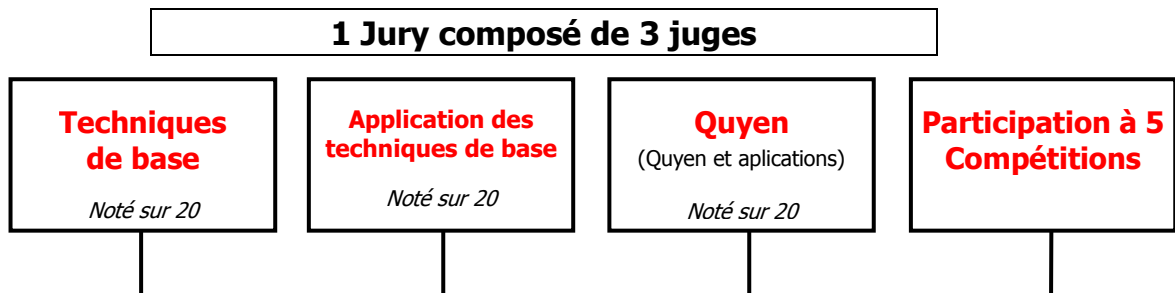
La notation prendra en compte le travail du défenseur et celui de l'attaquant, les candidats assurant tour à tour les deux rôles.

EPREUVE N° 6/ Combat souple

Il sera demandé un assaut souple afin d'examiner les qualités techniques des deux candidats. La durée de ces assauts sera déterminée par la table d'examen. Sa durée est de deux minutes maximum.

Article 504-2.AMVT – EXAMEN POUR L’OBTENTION DU 3^{ème} DANG (Voie compétition)

Organigramme du passage de grade Arts Martiaux Vietnamiens Traditionnels 3^{ème} Dang Voie Compétition



Obtention du grade si moyenne générale $\geq 30/60$ + 5 participations aux compétitions

Un candidat qui choisit le passage de 3^{ème} Dang voie « compétition » doit passer 4 épreuves, qui sont :

- 1/ Techniques de bases
- 2/ Application des techniques de base
- 3/ Quyên
- 4/ Participation à 5 compétitions

Les 3 épreuves : Techniques de bases, Contre attaque sur 1 pas et Quyên, sont notées par un jury composé de 3 juges.

Le contenu de ces épreuves est identique à la voie « traditionnelle ».

Les 5 participations aux compétitions se déroulent dans toutes les compétitions officielles organisées par les organes déconcentrés (ligues, comités départementaux, interrégions) et au niveau national, et les coupes de styles.

Compétition Combat ou technique :

Le candidat doit mentionner sur son dossier d'inscription son choix définitif entre sa participation aux compétitions combats ou aux compétitions techniques. Il ne pourra cumuler les deux types de participations.

Les candidats devront participer à 5 compétitions officielles (Département, Ligue, inter région, ou national)

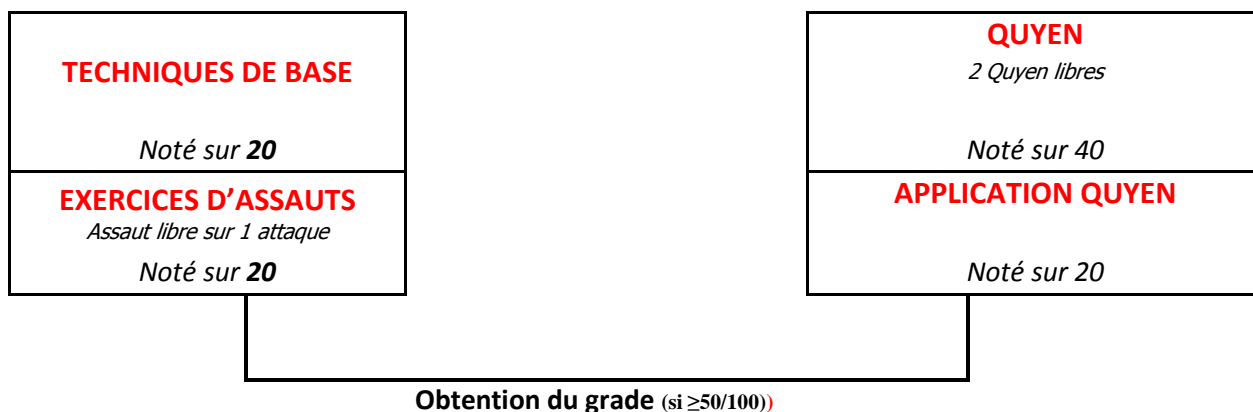
Les cinq participations seront comptabilisées 2 saisons sportives précédent et suivant la saison sportive lors de laquelle se déroule le passage de grade.

Pour bénéficier de l'UV 4, le candidat devra veiller à reporter ses participations sur le passeport sportif:

- par le Président du comité départemental ou son représentant au niveau départemental ;
- par le Président de ligue ou son représentant au niveau régional ;
- par le responsable de la compétition au niveau inter régional et au niveau national.

Article 505.AMVT – EXAMEN POUR L’OBTENTION DU 4^{ème} DANG

Organigramme du passage de grade Arts Martiaux Vietnamiens Traditionnels 4^{ème} Dang



L'examen pour l'obtention du 4^{ème} Dang est constitué de 4 épreuves : les techniques de base, les exercices d'assauts, les Quyen et les applications quyen.

Pour l'obtention de l'examen le candidat doit obtenir la moyenne générale (50/100). 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 1 jury composé uniquement de 3 juges qui note l'ensemble des épreuves.

EPREUVE N° 1 : TECHNIQUES DE BASE

Ce test est noté sur 20. Pour réussir ce test, il faut obtenir la note minimum de 10/20. On ne peut évaluer que deux candidats à la fois à cette épreuve.

Le nombre et la diversité des techniques sont laissés à l'appréciation du Jury.

Le candidat doit démontrer qu'il maîtrise parfaitement l'ensemble des techniques des Arts Martiaux Vietnamiens Traditionnels, aussi bien dans leur forme de base que dans leurs autres adaptations. Il doit en outre être capable de démontrer quelques techniques de base et de les appliquer avec partenaire.

EPREUVE N° 2 : EXERCICES D'ASSAUTS

Ce test est noté sur 20 points.

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

La forme retenue pour ce grade est l'assaut libre sur 1 attaque.

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).

L'attaquant doit chercher à attaquer au moment opportun. Il doit effectuer un travail de recherche de distance afin de placer efficacement sa technique.

Pour le défenseur, la perception de l'attaque doit être particulièrement sensible et la contre-attaque judicieusement utilisée.

La notation prendra en compte le travail du défenseur et celui de l'attaquant, les candidats assurant tour à tour les deux rôles.

EPREUVE N° 3 : QUYEN

Ce test est noté sur 40 points.

Pour réussir ce test il faut obtenir la note minimum de 20/40.

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 Quyen de son choix, noté chacun sur 20. Il peut les choisir dans la liste des Quyen de 4^{ème} Dang, qui relèvent de son style, mais aussi dans la liste des Quyen de 4^{ème} Dang qui relèvent de tous les autres styles des Arts Martiaux Vietnamiens.

EPREUVE N° 4 : APPLICATION QUYEN

Le candidat doit réaliser des applications QUYEN noté sur 20 points.

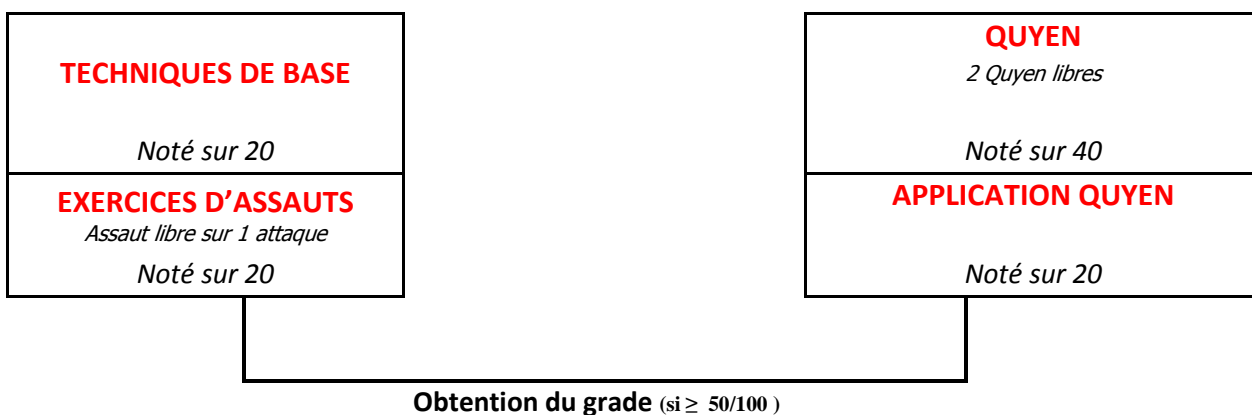
Pour réussir ce test il faut obtenir la note minimum de 10/20.

Le candidat se présente avec un partenaire de son choix. Ce partenaire doit être âgé de plus de 18 ans et être ceinture noire 1^{er} Dang minimum.

Il est évalué sur les techniques et séquences d'un Quyen de 4^{ème} Dang de son choix dans la liste (pouvant être différent des deux Quyen présentés) mais aussi dans la liste des Quyen de 4^{ème} Dang qui relèvent de tout autre style des Arts Martiaux Vietnamiens. Le candidat doit pouvoir démontrer 5 applications.

Article 506.AMVT – EXAMEN POUR L’OBTENTION DU 5^{ème} DANG

Organigramme du passage de grade Arts Martiaux Vietnamiens Traditionnels 5^{ème} Dang



L'examen pour l'obtention du 5^{ème} Dang est constitué de 4 épreuves : les techniques de base, les exercices d'assauts, les Quyen et les applications quyen.

Pour l'obtention de l'examen le candidat doit obtenir la moyenne générale (50/100). 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 1 jury composé uniquement de 3 juges qui note l'ensemble des épreuves.

EPREUVE N° 1 : TECHNIQUES DE BASE

Ce test est noté sur 20 points.

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

Pour cette épreuve au 5^{ème} Dang, les candidats passent un par un.

Le candidat doit réaliser des techniques de base d'une durée maximale de 10 minutes, dont les techniques (choisies parmi les techniques fixées en annexe du présent règlement) sont proposées aux membres du jury par le candidat. Le candidat doit être capable de démontrer ces techniques avec partenaire aux membres du jury.

EPREUVE N° 2 : EXERCICES D'ASSAUTS

Ce test est noté sur 20 points.

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

La forme retenue pour ce grade est l'assaut libre sur 1 attaque.

Le candidat se présente, avec un partenaire de son choix (qu'il choisit parmi les candidats de son tableau).

Le nombre d'attaques libres est fixé à six (à droite ou à gauche). Les mêmes principes que pour l'examen du 4^{ème} Dang sont appliqués à la différence qu'après chaque action et réaction, les deux candidats reprennent leur distance et restent en position de combat.

De plus l'attaque comme la défense est à chaque fois variée selon les opportunités offertes.

Tous les paramètres relatifs au combat sont à démontrer.

EPREUVE N° 3 : QUYEN

Ce test est noté sur 40 points.

Pour réussir ce test il faut obtenir la note minimum de 20/40.

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 Quyen de son choix, noté chacun sur 20. Il peut les choisir dans la liste des Quyen de 5^{ème} Dang, qui relèvent de son style, mais aussi dans la liste des Quyen de 5^{ème} Dang qui relèvent de tous les autres styles des Arts Martiaux Vietnamiens.

EPREUVE N° 4 : APPLICATION QUYEN

Le candidat doit réaliser des applications QUYEN noté sur 20 points

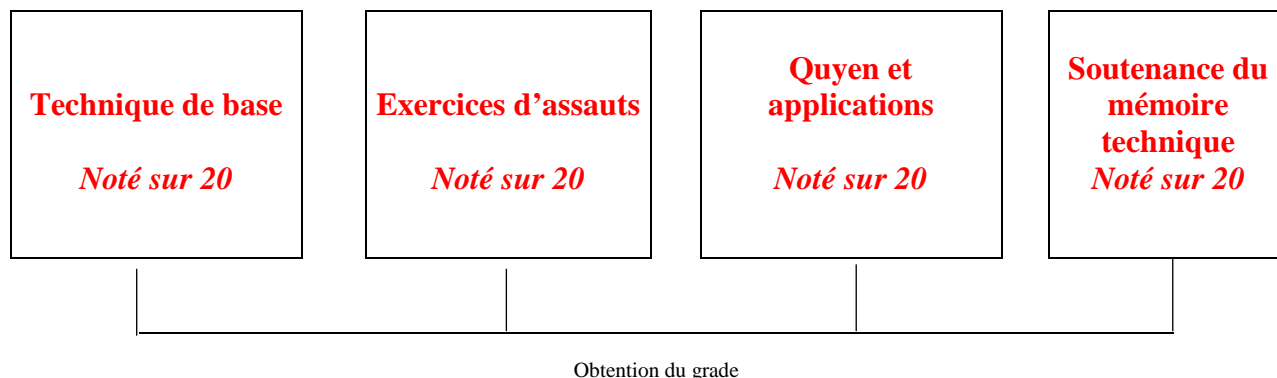
Pour réussir ce test il faut obtenir la note minimum de 10/20

Le candidat se présente avec un partenaire de son choix. Ce partenaire doit être âgé de plus de 18 ans et être ceinture noire 1^{er} Dang minimum, il est évalué sur les techniques et séquences d'un Quyen de 5^{ème} Dang de son choix dans la liste (pouvant être différent des deux Quyen présentés) mais aussi dans la liste des Quyen de 5^{ème} Dang qui relèvent de tout autre style des Arts Martiaux Vietnamiens.

- Le candidat doit pouvoir démontrer 5 applications.

Article 507.AMVT – EXAMEN POUR L'OBTENTION DU 6^{ème} DANG

Organigramme du passage des arts martiaux vietnamiens traditionnels 6^{ème} Dang



L'examen comporte la soutenance d'un mémoire technique ainsi que 3 parties basées sur la connaissance technique des arts martiaux vietnamiens traditionnels.

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 (10/20) 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.

Le candidat ne pourra se présenter plus d'une fois par saison sportive à cet examen.

Article 407-1 - Soutenance du mémoire technique

Le mémoire est noté sur 20.

Le candidat soutiendra son mémoire devant le jury avant de réaliser sa prestation technique. La durée de la soutenance de mémoire ne peut excéder 20 minutes. A l'issue de la soutenance du mémoire, les membres du jury interrogent le candidat sur le contenu de son exposé.

Article 407-2 - Test Technique

A. TECHNIQUES DE BASE

Ce test est noté sur 20 points.

Exécution, explication et justification d'une prestation personnelle (durée : 10 mn maximum) sur un thème au choix du candidat se rapportant à la technique des arts martiaux vietnamiens traditionnels.

Le candidat se présente avec un partenaire de son choix. Ce partenaire doit être âgé de plus de 18 ans et être ceinture noire 1^{er} Dang minimum.

B. EXERCICES D'ASSAUTS

Ce test est noté sur 20 points.

Exécution, explication et justification d'une prestation personnelle basée sur les formes d'assauts conventionnelles (durée maximum 10mn).

Le candidat se présente avec un partenaire de son choix. Ce partenaire doit être âgé de plus de 18 ans et être ceinture noire 1^{er} Dang minimum.

C. QUYEN

Ce test est noté sur 20 points.

Le candidat doit présenter deux Quyen libres. Ces Quyen sont choisis dans la liste officielle des Quyen des Arts Martiaux Vietnamiens fixée en annexe du présent règlement.

Il doit expliquer et démontrer les différentes techniques ou séquences de ces Quyen avec un partenaire de son choix. Ce partenaire doit être âgé de plus de 18 ans et être ceinture noire 1^{er} Dang minimum.

Remarques : Les prestations techniques sont suivies d'un entretien avec le jury au cours duquel le candidat doit justifier et expliquer sa prestation sous l'aspect technique et pédagogique.

Article 508.AMVT – EXAMEN POUR L'OBTENTION DU 7^{ème} DANG

Le candidat devra soutenir une thèse sur son expérience et sa pratique, noté sur 20.

Le choix du sujet est libre et peut être indépendant de la prestation technique.

Le candidat se présente avec un partenaire de son choix. Ce partenaire doit être âgé de plus de 18 ans et être ceinture noire 1^{er} Dang minimum.

Il devra démontrer les prestations techniques qu'il a développées au vu de son expérience. Cette épreuve est notée sur 20.

Pour réussir son examen, le candidat doit obtenir la note minimale de 20 sur 40 lors de l'examen.

ANNEXE I.AMVT – DISPOSITIONS GENERALES

En ce qui concerne la tenue officielle :

Les candidats aux examens de grade doivent impérativement se présenter en Vo Phuc.

En ce qui concerne les techniques de base :

Le candidat est interrogé sur tout le programme technique de sa discipline. Dans les Arts Martiaux Vietnamiens Traditionnels, les techniques demandées sont choisies parmi celles de la progression officielle. Le jury s'adressera en français au candidat.

Le jury peut interroger les candidats sur quelques spécificités techniques de leur style.

En ce qui concerne l'épreuve « enchaînement à 2 pré-arrangé » :

Un partenaire non candidat est autorisé seulement pour les candidats présentant les épreuves 4 et 5 du 1^{er} au 3^{ème} Dang et pour l'épreuve 4 (application quyen) du 4 et 5^{ème} Dang.

En ce qui concerne les armes :

Pour les armes (Binh Khi), le pratiquant doit se munir de son propre matériel.

ANNEXE II.AMVT – PROGRAMME TECHNIQUE OFFICIEL

Les techniques de bases sont choisies parmi le programme technique suivant :

POSITIONS : BO PHAP

Description	Nom Vietnamien	Traduction
Debout pieds écartés et parallèles	CHUAN BI	Se préparer
Debout, les pieds joints	LAP TAN	Position dressée
Appui sur un pied et l'autre pied remonté	HAC TAN	Position de la grue
Appui équilibré sur les 2 pieds écartés et parallèles	TRUNG BINH TAN	Position moyenne
Fente avant	DINH TAN	Position du caractère Dinh
Appui équilibré sur les 2 pieds écartés et à 90 degré	AM DUONG TAN	Position du positif et du négatif
Appui majeur sur le pied arrière, appui léger sur la pointe du pied avant	CHAO MA TAN	Position du cheval
Jambes et pieds joints genoux fléchis	LIEN HOA TAN	Position de la fleur de nénuphar
Appui majeur sur un pied avec les 2 jambes croisées	QUY TAN	Position de la tortue
Appui majeur sur un pied avec les 2 jambes croisées au ras du sol	XA TAN	Position du serpent
Appui majeur accroupi sur un pied et un genou au sol	TOA TAN	Position assise

DEPLACEMENTS : THAN PHAP

Description	Nom Vietnamien	Traduction
Avancer en Dinh Tan	TIEN DINH TAN	Avancer de Dinh Tân en Dinh Tân
Reculer en Dinh Tan	LUI DINH TAN	Reculer de Dinh Tân en Dinh Tân
Avancer en Dinh Tan en pas chassés	TRUONG DINH TAN	Avancer de Dinh Tân en Dinh Tân en pas chassés
Avancer en Trung Binh Tan	TIEN TRUNG BINH TAN	Avancer de Trung Binh Tân en Trung Binh Tân
Reculer en Trung Binh Tân	LUI TRUNG BINH TAN	Reculer de Trung Binh Tân en Trung Binh Tân
Avancer en Trung Binh Tan en pas chassés	TRUONG TRUNG BINH TAN	Avancer de Trung Binh Tân en Trung Binh Tân en pas chassés

TECHNIQUES DE L'AVANT BRAS (blocages) : CUONG TIEN PHAP

Description	Nom Vietnamien	Traduction
Avant bras vers le haut	CUONG TIEN THUONG	Bâton dur vers le haut
Avant bras vers le bas	CUONG TIEN HA	Bâton dur vers le bas
Avant bras vers l'extérieur	CUONG TIEN NGOAI	Bâton dur vers l'extérieur
Avant bras vers l'intérieur	CUONG TIEN NOI	Bâton dur vers l'intérieur

TECHNIQUES DE POING : THOI SON PHAP

Description	Nom Vietnamien	Traduction
Poing direct	THOI SON	Arrêter la montagne
Poing direct bras et jambe inverses	DI SON	Déplacer la montagne
Crochet vers le haut	THANG SON	La main qui monte au ciel
Coup de poing circulaire	HOANH SON	Contourner la montagne
Crochet vers l'arrière	HAU SON	La montagne qui frappe vers l'arrière
Marteau de haut vers le bas	GIANG SON	Asséner un coup sur la montagne

TECHNIQUES DE TRANCHANT DE MAIN : CUONG DAO PHAP

Description	Nom Vietnamien	Traduction
Coupe de haut vers le bas	CUONG DAO TRAM THACH	Le sabre coupe le rocher
Coupe en diagonale	CUONG DAO PHAT MOC	Le sabre coupe l'arbre
Coupe horizontale vers l'extérieur	CUONG DAO TRAM XA NGOAI	Le sabre décapite un serpent vers l'extérieur
Coupe horizontale vers l'intérieur	CUONG DAO TRAM XA NOI	Le sabre décapite un serpent vers l'intérieur

TECHNIQUES DE COUDE : PHUONG DUC PHAP

Description	Nom Vietnamien	Traduction
Coude vers le haut	PHUONG DUC THUONG	Aile de phénix vers le haut
Coude vers le bas	PHUONG DUC HA	Aile de phénix vers le bas
Coude vers l'extérieur	PHUONG DUC NGOAI	Aile de phénix vers l'extérieur
Coude vers l'intérieur	PHUONG DUC NOI	Aile de phénix vers l'intérieur
Coude vers l'arrière	PHUONG DUC HAU	Aile de phénix vers l'arrière

TECHNIQUES DE PAUME : HUNG CHUONG PHAP

Description	Nom Vietnamien	Traduction
Frappe vers l'avant	HUNG CHUONG TRUC	Patte de l'ours vers l'avant
Frappe vers le haut	HUNG CHUONG THUONG	Patte de l'ours vers le haut
Frappe vers le bas	HUNG CHUONG HA	Patte de l'ours vers le bas
Frappe vers l'extérieur	HUNG CHUONG NGOAI	Patte de l'ours vers l'extérieur
Frappe vers l'intérieur	HUNG CHUONG NOI	Patte de l'ours vers l'intérieur

TECHNIQUES DE GRIFFE : HO TRAO PHAP

Description	Nom Vietnamien	Traduction
Frappe vers l'avant	HO TRAO TRUC	Griffes du tigre vers l'avant
Frappe vers le haut	HO TRAO THUONG	Griffes du tigre vers le haut
Frappe vers le bas	HO TRAO HA	Griffes du tigre vers le bas
Frappe vers l'extérieur	HO TRAO NGOAI	Griffes du tigre vers l'extérieur
Frappe vers l'intérieur	HO TRAO NOI	Griffes du tigre vers l'intérieur

TECHNIQUES DE PIEDS : CUOC PHAP

Description	Nom Vietnamien	Traduction
Coup de pied direct	TIEN CUOC	Coup de pied vers l'avant
Coup de pied vers le haut avec le talon	LONG THANG CUOC	L'envol du dragon
Coup de pied circulaire	HOANH CUOC	Le pied latéral
Coup de pied latéral	BAN LONG CUOC	Le pied latéral du dragon
Circulaire de l'intérieur vers l'extérieur avec le tranchant externe du pied	TAO PHONG CUOC	Balayer comme le vent
Circulaire de l'extérieur vers l'intérieur avec le tranchant interne du pied	DAO SON CUOC	Le pied qui renverse la montagne
Marteau de haut vers le bas	LOI CONG CUOC	Le pied de la foudre
En crochet avec le talon	CAU LIEM CUOC	La faucille
Retourné circulaire avec le talon	NGHICH LAN CUOC	Le revers de la licorne
Retourné droit avec le talon	HO VI CUOC	La queue du tigre
Balayage	TAO DIA CUOC	Balayer le sol
Double pieds sautés	SONG PHI CUOC	Les deux pieds qui volent

TECHNIQUES DE GENOU : TAT PHAP

Description	Nom Vietnamien	Traduction
Genou de bas vers le haut	THANG TAT	Le genou montant
Genou vers l'avant	TRUONG TAT	Le genou en longueur
De l'extérieur vers l'intérieur	HOANH TAT	Le genou de côté

ANNEXE III.AMVT - EXERCICES D'ASSAULTS

A) APPLICATION DES TECHNIQUES DE BASE (Du 1^{er} au 3^{ème} Dang)

Cet exercice se déroule de la manière suivante:

Les deux candidats sont placés à une distance de 1 m l'un de l'autre et de profil par rapport au jury.

Après s'être salués, les deux candidats se mettent en garde. Les attaques ainsi que le niveau sont annoncés par l'attaquant.

Chacune de ces attaques est exécutée une fois à droite et une fois à gauche

Les candidats inverseront les rôles lorsque l'attaquant aura réalisé toutes ses attaques.

La défense et la contre attaque du défenseur sont libres.

Le nombre de technique est différent en fonction du grade présenté.

Critères de notation

- Bonne distance dans les attaques et les défenses, elles doivent «porter» et ne pas arriver à 10 ou 15 cm du point visé. (Le contrôle impose une retenue dans la technique et non pas une technique qui arrive en fin de course.)
- Puissance et détermination des attaques et des défenses
- Maîtrise et précision de la contre attaque
- Esprit de décision, précision et efficacité extrêmes
- Disponibilité mentale et concentration
- Variété dans les défenses et contre-attaques qui seront constituées de blocage et contre attaque, esquive et contre attaque, contre direct, etc.
- Stabilité et équilibre aussi bien dans l'attaque que dans la défense
- L'attitude générale des pratiquants durant l'exercice qui doit refléter l'esprit dans lequel se pratique l'art martial en général et les exercices d'assaults en particulier.

B) ASSAUT LIBRE SUR UNE ATTAQUE (3^{ème} Dang)

Dans le contexte des examens cet exercice est basé sur une attaque libre, non annoncée. L'attaquant et le défenseur sont désignés d'avance.

L'exercice se déroule de la manière suivante:

L'attaquant et le défenseur se placent à une distance de 3 mètres, après s'être salués, ils se mettent en garde. Au commandement lancé par un des membres du jury, ils commencent le combat. L'attaquant doit rechercher une opportunité pour attaquer et le défenseur doit adapter sa réaction.

Le nombre d'attaques est de 5 et sera fixé par le jury.

L'attaquant et le défenseur reviennent en garde après chaque échange. L'exercice terminé, ils inversent les rôles.

Critères de notation

- Aisance dans les déplacements: ces déplacements ne sont pas des sautilllements à l'instar des pratiques de compétition, mais des déplacements permettant au jury de juger la maîtrise de la distance de chacun des combattants.
- Puissance et détermination des attaques et des défenses
- Maîtrise et précision des techniques
- Esprit de décision, précision et efficacité extrême
- Vacuité mentale et concentration. La concentration doit être maintenue durant tout l'exercice, et avec la même intensité aussi bien avant qu'après l'attaque (ou la défense)
- Les défenses et les contre attaques doivent démontrer la maîtrise par les candidats de deux notions fondamentales: blocage-contre attaque et contre direct.
- Stabilité et équilibre dans l'attaque et la contre-attaque.
- Recherche de l'opportunité
- L'attaquant ne doit pas s'approcher trop près du défenseur pour déclencher son attaque. Une distance trop réduite autoriserait le défenseur à contrer et ceci même si l'attaquant n'a pas encore attaqué.
- Le défenseur ne doit pas refuser le combat en reculant systématiquement ou en prenant une garde telle que l'attaque soit difficile à réaliser.

C) COMBAT SOUPLE (Du 1^{er} au 3^{ème} Dang)

L'assaut souple est non réglementé. Sous forme d'entraînement, il est un moyen pédagogique de préparation à la compétition ou à l'assaut libre. Pour le passage de grade, il permet de juger la maîtrise technique des postulants. Il faut impérativement distinguer cet exercice à deux d'un combat libre ou arbitré. Sa durée est de deux minutes maximum.

Critères de notation

- Travail en souplesse avec contrôle absolu à tous les niveaux.
- Aisance dans les déplacements.
- Variétés des techniques.
- Equilibre et stabilité.
- Opportunité.
- Disponibilité mentale et concentration.

D) ENCHAINEMENTS A 2 (Du 1^{er} au 2^{ème} Dang)

Le candidat a le choix entre les 2 épreuves suivantes:

- Enchaînement pré-arrangé
- Enchaînements libres

a) Enchaînement pré-arrangé

Les enchaînements pré arrangés sont des combats simulés au cours desquels les pratiquants reproduisent fidèlement un enchaînement de techniques préalablement préparé ou codifié par leur école. S'agissant d'un enchaînement codifié, le candidat l'exécute avec le partenaire de son choix. Si le partenaire n'est pas candidat, le jury ne tiendra compte dans sa notation que de l'exécution du candidat. Si le partenaire est aussi candidat, les 2 pratiquants seront notés. La durée de l'enchaînement est comprise entre 30s et 1mn30.

Critères de notation

- La tenue et le comportement des candidats doivent être impeccables.
- Le cérémonial (salut, prise de position, présentation) doit être correct. Le combat pré-arrangé commence et se termine par un salut.
- Le candidat doit dégager une impression de détermination, d'unité de corps et d'esprit. Toute hésitation et tout comportement témoignant du besoin de réfléchir avant d'agir seront sanctionnés.
- L'enchaînement pré-arrangé doit se dérouler sur un rythme suffisamment rapide et avec une conviction suffisamment marquée pour donner l'illusion d'un combat réel.
- L'enchaînement des techniques doit être logique.
- La variété des techniques utilisées est un critère important.

Critères de notation

1) Présentation

La tenue et le comportement du candidat doivent être impeccables: tenue propre, ceinture correctement nouée, comportement et attitude générale irréprochable.

Le cérémonial (salut, prise de position, présentation) doit être scrupuleusement respecté.

2) Equilibre et Stabilité

Ces exercices se rapprochant du combat, le candidat n'est pas tenu d'avoir des positions bien définies. Cependant tout manque d'équilibre, de faux-pas, ou de chute involontaire est pénalisé.

3) Logique technique

Les enchaînements d'attaques doivent être spontanés, bien suivis, sans précipitation, puissants et surtout logiques.

Un enchaînement « logique » tient compte des techniques d'attaques, de la réaction du partenaire et de la distance séparant les deux pratiquants.

4) Sensation générale

Puissance mentale dégagée par le regard et l'attitude générale du candidat attaquant:

Les examinateurs doivent avoir l'impression d'une bonne détermination.

L'hésitation ou l'attente chez un candidat doit être pénalisée.

En fonction des styles, le cri ou l'expiration sonore termine l'enchaînement.

ANNEXE IV.AMVT

- PROGRAMME DES QUYEN PAR DANG ET PAR STYLE

	BACH HO VO DAO	CHUONG QUAN KHI DAO	CUU LONG VO DAO
1^{er} Dang	<ol style="list-style-type: none">1) LIEN SON QUYEN2) LOA THANH QUYEN3) PHUNG HOANG QUYEN4) THAP TU QUYEN5) TRUONG CON (bâton long) Masculin DAO KIEM (épée) Féminine	<ol style="list-style-type: none">1) THIEN LOI QUYEN2) NHAT BO HUYEN CONG QUYEN3) NHI BO HUYEN CONG QUYEN4) TAM BO HUYEN CONG QUYEN5) TU BO HUYEN CONG QUYEN	<ol style="list-style-type: none">1) PHUC LONG DA HO QUYEN2) SONG LONG NAO HAI QUYEN3) TAM LONG XUAT DONG QUYEN4) TU LINH DAO (sabre)5) CUU LONG DOAT MENH CON (bâton)
2^{ème} Dang	<ol style="list-style-type: none">1) LOA THANH QUYEN2) PHUNG HOANG QUYEN3) THAP TU QUYEN4) LONG HO QUYEN5) TRUONG CON (bâton long) Masculin DAO KIEM (épée) Féminine	<ol style="list-style-type: none">1) KINH SON CUOC2) MANH HO XUAT LAM3) TU BO HUYEN CONG QUYEN4) BACH HO LY SON5) BAI CON NHAT (bâton)	<ol style="list-style-type: none">1) SONG LONG NAO HAI QUYEN2) TAM LONG XUAT DONG QUYEN3) TU LONG VU LO QUYEN4) TU LINH DAO (sabre)5) THIEN DIA LINH QUANG CON (bâton)
3^{ème} Dang	<ol style="list-style-type: none">1) PHUNG HOANG QUYEN2) THAP TU QUYEN3) LONG HO QUYEN4) KI LONG QUYEN5) TRUONG CON (bâton long) Masculin DAO KIEM (épée) Féminine	<ol style="list-style-type: none">1) BACH HO LY SON2) LONG HO QUYEN3) LOI TRAN QUYEN4) TU MA QUYEN5) BAI CON NHI (bâton)	<ol style="list-style-type: none">1) TAM LONG XUAT DONG QUYEN2) TU LONG VU LO QUYEN3) NGU LONG TRANH CHAU QUYEN4) THIEN DIA LINH QUANG CON (bâton)5) VAN TRUONG SONG TIEU ĐAO (poignard)
4^{ème} Dang	<ol style="list-style-type: none">1) THAP TU QUYEN2) LONG HO QUYEN3) KI LONG QUYEN4) LO MAI QUYEN5) TRUONG CON (bâton long) Masculin DAO KIEM (épée) Féminine	<ol style="list-style-type: none">1) LONG HO QUYEN2) TU MA QUYEN3) THACH SU QUYEN4) DIA SAT QUYEN5) BAI GUOM NHAT (sabre)	<ol style="list-style-type: none">1) TU LONG VU LO QUYEN2) NGU LONG TRANH CHAU QUYEN3) LUC LONG BAI TO QUYEN4) CUU LONG HAC LONG DAO (sabre)5) HOA VIET LONG HO KIEM (épée)
5^{ème} Dang	<ol style="list-style-type: none">1) LONG HO QUYEN2) KI LONG QUYEN3) LO MAI QUYEN4) BACH HỒ QUYEN5) DOC DAO (sabre)6) TRUONG CON (bâton long) Masculin DAO KIEM (épée) Féminine	<ol style="list-style-type: none">1) THACH SU QUYEN2) DIA SAT QUYEN3) KIM LAN QUYEN4) HAU XA LINH DONG5) BAI GUOM NHI (sabre)	<ol style="list-style-type: none">1) NGU LONG TRANH CHÂU QUYEN2) LUC LONG BAI TO QUYEN3) THAT LONG BÁT BAO QUYEN4) HOA VIET LONG HO KIEM (épée)5) SIÊU XUNG THIÊN

	HAN BAI	HAU QUYEN TRUNG DUNG DAO	HONG GIA VO DAO
1^{er} Dang	1) THIEN MEN 2) LONG SU 3) LOA THANH 4) PHUNG HOANG 5) THAP TU QUYEN	1) TU TRU QUYEN 2) LONG SU QUYEN 3) HU QUYEN MOT 4) LOA THANH QUYEN 5) HAU QUYEN HAI	1) TU MON QUYEN 2) TU HOP QUYEN 3) NGU HANH QUYEN 4) TU MON CHUONG PHAP 5) HO HAU QUYEN
2^{ème} Dang	1) LONG SU 2) LOA THANH 3) PHUNG HOANG 4) THAP TU QUYEN 5) LONG HO	1) LONG SU QUYEN 2) HAU QUYEN MOT 3) LOA THANH QUYEN 4) HAU QUYEN HAI 5) NGOC TRANG QUYEN	1) NGU HANH QUYEN 2) HO HAU QUYEN 3) SONG LONG PHI THIEN 4) HO HAE QUYEN 5) TU MON CON (bâton)
3^{ème} Dang	1) PHUNG HOANG 2) TAP TU QUYEN 3) LONG HO 4) NGU BO KHI 5) TIEU PHUC HO	1) LOA THANH QUYEN 2) HAU QUYEN HAI 3) PHUONG HOANG QUYEN 4) THUAN NGHICH QUYEN 5) HAU QUYEN BA	1) SONG LONG PHI THIEN 2) HO HAE QUYEN 3) THAT THAP NHI SAT THU 4) DON CUNG PHUC HO QUYEN 5) TU MON SONG DAO (doubles couteaux)
4^{ème} Dang	1) PHUNG HOANG 2) LONG HO 3) NGU BO KHI 4) TIEU PHUC HO 5) THAI-AM KHI-CONG	1) PHUONG HOANG QUYEN 2) HAU QUYEN HAI 3) HAU QUYEN BA 4) HAU QUYEN BON 5) HAU QUYEN KIEM PHAP	1) DON CUNG PHUC HO QUYEN 2) LONG HO NHI HINH 3) LA HAN PHUC HO QUYEN 4) LA HAN HO DAO CON (bâton) 5) AM DUONG HO DIEP SONG DAO
5^{ème} Dang	1) LONG HO 2) TIEU PHUC HO 3) THACH-SU 4) THAI-AM KHI-CONG 5) THIEU-NHIEM DAU	1) HAU QUYEN BA 2) HAU QUYEN BON 3) HAU QUYEN NAM 4) HAU QUYEN BONG PHAP (Bâton) 5) TAY SON KIEM PHAP (Epée)	1) LONG HO NHI HINH 2) LA HAN PHUC HO QUYEN 3) AM DUONG HO DIEP SONG DAO 4) CUNG TU PHUC HO QUYEN 5) THANH SONG TUYEN NGUYET DAO

	KIM LONG	LAM SON VO DAO	MINH LONG
1^{er} Dang	1) KIM LONG QUYEN MOT 2) KIM LONG QUYEN HAI 3) KIM LONG QUYEN BA 4) KIM LONG QUYEN BON 5) KIM LONG QUYEN NAM	1) THUAN NGHICH QUYEN 2) CUONG DAO QUYEN 3) LUU HOA QUYEN 4) LIEN CHAU QUYEN 5) HONG GIA CON (Bâton)	1) NHAP MON QUYEN 2) LONG SU QUYEN 3) LOA THANH QUYEN 4) PHUONG HOANG QUYEN 5) MANH LONG CONG QUYEN 6) DOAN CON (Bâton long)
2^{ème} Dang	1) KIM LONG QUYEN HAI 2) KIM LONG QUYEN BA 3) KIM LONG QUYEN BON 4) KIM LONG QUYEN NAM 5) KIM LONG BONG PHAP	1) TIEU LA HAN 2) DONG NHI QUYEN 3) LA HAU QUYEN 4) MIEU QUYEN 5) HONG GIA KIEM (Epée)	1) PHUC HO QUYEN MOT 2) TU MON DAO (Sabre fin) 3) CO TRUONG CON (Bâton long) 4) LAO HO THUONG SON 5) GIAO CHIEN DOAN DAO MOT (Couteau)
3^{ème} Dang	1) KIM LONG QUYEN BA (Cap2) 2) KIM LONG QUYEN NAM 3) KIM LONG QUYEN SAU 4) KIM LONG LONG GIAN PHAP 5) KIM LONG TIEU CON PHAP	1) LIEN HOA QUYEN 2) NGOC TRANG QUYEN 3) TIEU HO QUYEN NHAT LO 4) LAO HO THUONG SON QUYEN 5) HO DIEP DAO <u>ou</u> TU LINH DAO (Sabre).	1) PHUC HO QUYEN HAI 2) GIAO CHIEN DOAN DAO HAI (Couteau) 3) MANH LUC MA DAO (Cimeterre) 4) THAO BO LAO MAI 5) TAY SON CON (Bâton long)
4^{ème} Dang	1) KIM LONG QUYEN BA (Cap3) 2) KIM LONG QUYEN SAU 3) KIM LONG QUYEN BAY 4) KIM LONG BONG PHAP 5) KIM LONG DAO PHAP	1) PHUONG HOANG QUYEN 2) TIEU HO QUYEN NHI LO 3) ANH HUNG QUYEN 4) THAN DONG QUYEN 5) TAN NHAT CON <u>anciennement</u> O DU THAO (Bâton)	1) DOAT HON DAO (Sabre dragon) 2) TAM LONG NAO HAI 3) THIEN TIEN NHAT KIEM (Epée) 4) SIEU ONG BAT QUAI DAI DAO (Hallebarde) 5) NGOC TRAN
5^{ème} Dang	1) KIM LONG LONG GIAN PHAP 2) KIM LONG BONG PHAP 3) KIM LONG TIEU CON PHAP 4) KIM LONG KIEM PHAP 5) KIM LONG QUYEN BAY	1) THACH SU QUYEN 2) LAO MAI QUYEN 3) NGOC TRANG QUYEN 4) MAI HOA QUYEN 5) ROI THAI SON (Bâton)	1) KIM BAO QUYEN MOT 2) DOC LU THUONG (Lance) 4) SIEU XUNG TIEN (Hallebarde) 5) SONG LONG KIEM PHAP 6) KIM BAO QUYEN HAI

	NGHIA LONG	QWAN KI DO	SA LONG CUONG
1^{er} Dang	1) KY LAN KHAI MON QUYEN 2) DIEN HUU QUYEN 3) MOC CAN 4) PHUONG HOANG GIAO LONG QUYEN 5) BAO TAM QUYEN 6) SO DO QUYEN	1) CUU CHAN QUAN KY MOT 2) CUU CHAN QUAN KY BA 3) HUNG QUYEN MOT 4) HUNG QUYEN HAI 5) LONG HO	1) THAN DONG QUYEN 2) YEN PHI QUYEN 3) THIEN SU QUYEN 4) THAI SON CON (Bâton) 5) DOC KIEM LE HOA (Epée)
2^{ème} Dang	1) BACH HO 2) THANH LONG 3) LONG GIAN QUYEN 4) BONG PHAP CO BAN 5) KHOAI DAO TRAM THU	1) CUU CHAN QUAN KY BON 2) KIM CUONG LOI TRAN QUYEN 3) KIM LAN NHAP DONG QUYEN 5) BONG PHAP MOT 6) LONG GIAN MOT 7) MOC CAN MOT 8) SONG COT DOC LUYEN MOT	1) PHUONG HOANG QUYEN 2) LAO MAI QUYEN 3) TU HAI QUYEN 4) ROI TRUONG BINH TIEN (Bâton) 5) DO LONG DAO (Sabre)
3^{ème} Dang	1) HAU QUYEN 2) THAI SON KIEM PHAP 3) BONG PHAP TRUNG DANG 4) LONG GIAN QUYEN 5) KHOAI DAO TRAM THU	1) CUU CHAN NOI DAN QUAN KY MOT 2) DIA SAT LIEN HOAN QUYEN 3) HUNG QUYEN MOT 4) CAN TRU QUYEN (<i>masculin seulement</i>) OU KIM LAN NHAP DONG (<i>féminin</i>) 5) BONG PHAP MOT 6) LONG GIAN MOT 7) MOC CAN MOT 8) SONG COT DOC LUYEN MOT	1) BAT BO LIEN HOA QUYEN 2) LONG HO HOI QUYEN 3) MAI HOA QUYEN 4) DOC GIAN (Brise lame) 5) SONG SI (Double ailes de fer)
4^{ème} Dang	1) HAC XA QUYEN 2) BAT QUAI CON 3) NGU LINH DAO 4) HAU QUYEN 5) THAI SON KIEM PHAP	1) CUU CHAN NOI DAN QUAN KY HAI 2) TU MA LIEN HOAN QUYEN 3) THACH SU QUYEN 4) KIM CUONG LOI TRAN QUYEN 5) BONG PHAP MOT 6) LONG GIAN MOT 7) MOC CAN MOT 8) SONG COT DOC LUYEN MOT	1) TU MON CHUONG QUYEN 2) NGOC TRANG QUYEN 3) HONG QUYEN 4) SONG KIEM (Double épée) 5) LE HOA THUONG (Lance)
5^{ème} Dang	1) QUY QUYEN 2) TRUONG THUONG 3) LUC BO DAI DAO 4) NGU LINH DAO 5) HAC XA QUYEN	1) CUU CHAN NOI DAN QUAN KY BA 2) CUU CHAN QUAN KY NAM 3) THACH SU QUYEN 4) NGU DIEU QUY SAO 5) BONG PHAP MOT 6) LONG GIAN MOT 7) MOC CAN MOT 8) SONG COT DOC LUYEN MOT 9) MA DAO QUYEN MOT 10) SONG DIEP DAO QUYEN MOT 11) YEN DAO QUYEN MOT	1) MIEU TAY DIEN QUYEN 2) CAM PHUONG TRI QUYEN 3) ROI TAN NHAT (Bâton) 4) SONG TO (Couteaux papillons) 5) THANH LONG YEM NGUYET DAO (Hallebarde)

	TAY SON VO DAO	THAI CUC QUYEN	TINH VO DAO
1^{er} Dang	1) SONG KIEM CAN BAN QUYEN 2) TRUNG HOA LOA THANH QUYEN 3) HO NHAN TRANH HUNG QUYEN (forme respiratoire) 4) SONG CHUY THIET TUYEN QUYEN 5) TAM DUONG HUY KIEM PHAP (Sabre)	1) SU YI QUYEN 2) YU-KING QUYEN 3) T'ONG-JEN QUYEN 4) T'AI QUYEN 5) SOU-EI QUYEN	1) HAC MIEU QUYEN 2) NGU HO XUAT SON 3) TAY SON KIEM PHAP 4) BACH LINH XA CON (Bâton) 5) MANH HO HOI LAM 6) LAO HO THUONG SON
2^{ème} Dang	1) SONG CHUY THIET TUYEN QUYEN 2) TAM DUONG HUY KIEM PHAP (Sabre) 3) HUNG KE QUYEN 4) LONG GIAN MOT (nunchaku) 5) SONG HO DI HANH QUYEN <u>ou</u> LAO TU QUYEN <i>pour les féminines</i>	1) YU-KING QUYEN 2) T'ONG-JEN QUYEN 3) T'AI QUYEN 4) SOU-EI QUYEN 5) TCHOU-EN QUYEN	1) MANH HO HOI LAM 2) LAO HO THUONG SON 3) LONG TUYEN KIEM (Epée) 4) TU LINH DAO (Cimeterre) 5) NGOC TRAN QUYEN
3^{ème} Dang	1) HO NHAN TRANH HUNG QUYEN (forme respiratoire) 2) TAM DUONG HUY KIEM PHAP (Sabre) 3) SONG HO DI HANH QUYEN <u>ou</u> LAO TU QUYEN <i>pour les féminines</i> 4) TAY SON NHAN QUYEN PHAP 5) LE HOA DOC KIEM (Epée)	1) T'ONG-JEN QUYEN 2) WOU-WANG QUYEN 3) SOU-EI QUYEN 4) TCHOU-EN QUYEN 5) T'AI QUYEN	1) NGOC TRAN QUYEN 2) LAO MAI QUYEN 3) ROI THAI SON (Bâton) 4) BAT QUAI CON (Bâton) 5) THAT TINH HOA (Hallebarde)
4^{ème} Dang	1) TAY SON NHAN QUYEN PHAP 2) LE HOA DOC KIEM (Epée) 3) THAT TRUYEN QUYEN 4) MAI HOA QUYEN 5) TAM DUONG HUY KIEM PHAP PHAN HAI (Sabre)	1) T'ONG-JEN QUYEN 2) MING-YI QUYEN 3) WOU-WANG QUYEN 4) TCHOUNG-FOU QUYEN 5) T'AI QUYEN	1) ROI THAI SON (Bâton) 2) BAT QUAI CON (Bâton) 3) THAT TINH HOA (Hallebarde) 4) HAC LONG TU CHI 5) HUNG KE QUYEN
5^{ème} Dang	1) MAI HOA QUYEN 2) TAM DUONG HUY KIEM PHAP (les 2 parties) 3) SONG CHUONG 4) LAO MAI QUYEN 5) DAI DAO BONG PHAP (Bâton ou hallebarde)	1) MING-YI QUYEN 2) SOU-EI QUYEN 3) WOU-WANG QUYEN 4) TS'OU EI QUYEN 5) T'AI QUYE	1) HUNG KE QUYEN 2) SIEU XUNG THIEN (Hallebarde) 3) HUYNH LONG DOC KIEM (Epée) 4) DOC LU THUONG (Lance) 5) DOC LU THUONG (Lance)

	TRUC LIEN VO DAO	THẦN LONG THIÊN ĐẠI HỔ	Vân Long Võ Đạo
1^{er} Dang	1) THUAN NGHICH QUYEN 2) TU MON QUYEN 3) HONG HOA QUYEN 4) TU TRU QUYEN 5) DA HO LUONG DAU CON (Baton)	1) BÀI QUYỀN: HỎA LONG SƠN 2) BÀI QUYỀN: THẦN LONG CHỮƠNG 3) BÀI QUYỀN: CƯƠNG ĐAO PHÁT QUYỀN 4) BÀI VŨ KHÍ: SONG ĐOẢN CÔN 5) BÀI VŨ KHÍ : TRƯỜNG CÔN SƠN LÃO	1) TIEU SON QUYEN 2) LUU HOA QUYEN 3) LIEN CHAU QUYEN 4) HAU THU QUYEN 5) DAO LONG QUYEN
2^{ème} Dang	1) NAM HONG QUYEN 2) BAO HINH QUYEN 3) TIEU LIEN HOA QUYEN 4) BINH HAC QUYEN (Épée) 5) HOANG GIA DAO (Sabre)	1) BÀI QUYỀN: ĐẠI LỰC LONG THIÊN HỎA 2) BÀI QUYỀN: ĐẠI PHONG THẦN HỎA 3) BÀI QUYỀN: NHU HÌNH VŨ PHÁP 4) BÀI VŨ KHÍ: MÃNH KIẾM THẦN PHONG 5) BÀI VŨ KHÍ: HAN LONG ĐAO	1) HAU THU QUYEN 2) DAO LONG QUYEN 3) NAM MOC 4) VAN HOA QUYEN 5) LONG HO QUYEN
3^{ème} Dang	1) THUAN NGHICH HOA QUYEN 2) HOANG GIA QUI CHAU QUYEN 3) BAO GIA QUYEN 4) HOANG GIA SONG KIM (Doubles épées) 5) THIET KIM THUONG (Lance)	1) BÀI QUYỀN: HỔ QUYỀN 2) BÀI QUYỀN: ỪNG QUYỀN 3) BÀI QUYỀN: BỌ QUYỀN 4) BÀI VŨ KHÍ: LONG HỎA ĐAO 5) BÀI VŨ KHÍ: TRƯỜNG THƯỜNG XUẤT KHÍ	1) VAN HOA QUYEN 2) NGU LONG QUYEN 3) SON HAI QUYEN 4) TIEU HO QUYEN 5) NGU ONG BONG
4^{ème} Dang	1) ANH HUNG QUYEN 2) LIEN HOA QUYEN 3) MAI HOA QUYEN 4) LUYEN CONG VAN KHI LIEN HOA PHAP QUYEN (Respiration) 5) LUONG HO DIET SON (Couteaux papillons)	1) BÀI QUYỀN: XÀ QUYỀN 2) BÀI QUYỀN: TỬU QUYỀN 3) BÀI QUYỀN: HẦU QUYỀN 4) BÀI VŨ KHÍ: SONG TIỂU ĐAO 5) BÀI VŨ KHÍ: NỮ NHÂN VŨ PHIÊN	1) NGU LONG QUYEN 2) MA DAO VU KHI 3) SON HAI QUYEN 4) BO HUYEN CONG QUYEN 5) HAC SON XA QUYEN
5^{ème} Dang	1) LIEN HOA QUI CHAU QUYEN 2) LAM MON TRAN QUYEN 3) THIET TUYEN QUYEN (Respiration avec anneaux de fer) NGU LONG SONG TIEN (Fléau long) ĐAI DAO THAO PHAP (Hallebarde)	1) BÀI QUYỀN: BẢO QUYỀN 2) BÀI QUYỀN: HAC QUYỀN 3) BÀI QUYỀN: SƠN THỦY ĐẢO CUÔNG 4) BÀI VŨ KHÍ: SONG TÒ 5) BÀI VŨ KHÍ: TAM TIẾT LIÊN ĐOẢN CÔNG	1) SONG MA TAU VU KHI 2) AM DUONG KIEM 3) PHI LONG QUYEN 4) HAC SON XA QUYEN 5) HOANG VAN BONG

	CUU MON LONG HAI SONG LONG	HO LONG HOANG VO-DAO	<u>KIM HÔ</u>
1^{er} Dang	1) LIÊN TÂN 2) NHAT CHUONG LONG 3) LONG KHI 4) NHI CHUONG LONG 5) PHUONG HOANG	1) NGU BÔ TAN QUYÊN 2) LONG HOA QUYÊN 3) THÊU HO KHAI SON QUYÊN 4) BACH HAC QUYÊN 5) VU KHI QUYÊN MOT (1 ^{ER} QUYEN BATON LONG)	1) NGU HANH QUYEN 2) TU TIEU QUYEN 3) THUY HOA AN 4) PHUNG HOANG QUYEN 5) LONG HO QUYEN
2^{ème} Dang	1) NHAT CHUONG LONG 2) LONG KHI 3) NHI CHUONG LONG 4) PHUONG HOANG 5) CUU LONG 1	1) HÔ PHAP QUYÊN 2) VU KHI QUYÊN HAI (2 ^{EME} QUYEN BATON LONG) 3) LONG HO QUYÊN 4) BACH HAC QUYÊN 5) VIEN PHUONG QUYÊN (QUYEN DES BLOCAGES NIVEAU2)	<u>ARMES</u> 1) THIEN QUI (<i>Baton</i>) <u>MAINS NUES</u> 2) PHUNG HOANG QUYEN 3) LONG HÔ QUYEN 4) NGU HANH QUYEN 5) THUY HOA AN
3^{ème} Dang	1) LONG KHI 2) NHI CHUONG LONG 3) PHUONG HOANG 4) CUU LONG 1 5) CUU LONG 2	1) THÊU HO KHAI SON QUYÊN 2) BACH HAC QUYÊN 3) NHU KHI CONG QUYÊN (QUYEN RESPIRATOIRE DYNAMIQUE) 4) BAC LONG DAO QUYÊN 5) VO QUYÊN SONG TÔ 6) LONG GIAN MOT 7) HÔ PHAP QUYÊN	<u>ARMES</u> 1) TU LINH DAO (<i>Sabre</i>) 2) QUAT MOT (<i>Eventail</i>) (<i>Féminines</i>) <u>MAINS NUES</u> 3) LONG HÔ QUYEN 4) TU TRU 5) THUY HOA AN 6) BACH HO QUYEN
4^{ème} Dang	1) NHI CHUONG LONG 2) PHUONG HOANG 3) CUU LONG 4) LUYEN KHI 5) LONG CON (BATON)	1) KIM LONG HY THUY 2) LONG GIAO HA-SON 3) BAI QUYÊN GÂU HA-SON 4) DAI DAO QUYÊN MOT 5) MAI HOA PHAT QUAT 6) QI CONG QUYÊN MOT 7) HÔ PHAP QUYÊN	<u>ARMES</u> 1) BACH LONG DAO (<i>Cimeterre</i>) 2) QUAT HAI (<i>Eventail</i>) (<i>Féminines</i>) <u>MAINS NUES</u> 3) BACH HO QUYEN 4) LONG HÔ QUYEN 5) THAP TU QUYEN 6) LAO THANH KI CONG QUYEN (<i>respiratoire</i>)
5^{ème} Dang	1) CUU LONG 2) LUYEN KHI 3) KIM KÊ / BÀ CAT 4) LONG CÔN (BÂTON) 5) LONG DAO (SABRE)	1) VU KHI QUYÊN BA 2) TAI QI KIEM (QUYEN TAI QI A L'EPEE) 3) DAI DAO QUYÊN HAI 4) THÊU HO KHAI SON QUYÊN 5) BACH HAC QUYÊN 6) QI CONG QUYÊN HAI 7) LONG GIAN HAI 8) HÔ PHAP QUYÊN	<u>ARMES</u> 1) BACH LONG DAO (<i>Cimeterre</i>) 2) QUAT HAI (<i>Eventail</i>) (<i>Féminines</i>) <u>MAINS NUES</u> 3) BACH HO QUYEN 4) LAO THANH KI CONG QUYEN (<i>respiratoire</i>) 5) THAP TU QUYEN 6) KHOI QUYEN

	THANH LONG SON HAI	THANH LONG DONG HAI	THANH LONG TRUONG SON PHAI
1^{er} Dang	BO CUONG ĐAO Son Hai BO HUNG CHUONG Son Hai THU TRU QUYEN Son Hai NHU ANH QUYEN Son Hai BO CUOC PHAP Son Hai	BO CUONG DAO Dong Hai BO HUNG CHUONG Dong Hai DEN QUYEN Dong Hai DO QUYEN Dong Hai BO CUOC PHAP Dong Hai	QUYEN MOT QUYEN HAI QUYEN BA BÔ THOÏ SON BÔ MOT HAI BA BON
2^{ème} Dang	BO THU CHI Son Hai BO THOI SON Son Hai PHUNG HOANG QUYEN Son Hai TAN QUYEN MOT Son Hai KHI QUYEN MOT Son Hai	BO THU CHI Dong Hai BO THOI SON Dong Hai KHI HOA QUYEN Dong Hai BAT THUYET MON QUYEN Dong Hai TAN QUYEN MOT Dong Hai	MAÏ HOA QUYEN QUYEN VIET MOT QUYEN VIET HAI PHUONG HOANG QUYEN KHI QUYEN MOT
3^{ème} Dang	BO PHUONG ĐUC Son Hai BAT THUYET MON QUYEN Son Hai THU KHY QUYEN Son Hai HAI TRAO QUYEN Son Hai CUU LONG QUYEN MOT Son Hai	PHUONG DUC GOI QUYEN Dong Hai VUONG QUYEN Dong Hai CAC CUA NAM QUYEN Dong Hai TAM SAO QUYEN Dong Hai TAN QUYEN HAI Dong Hai	QUYEN VIET MAÏ HOA QUYEN LAO MAÏ QUYEN DONG TU QUYEN PHUONG HOANG QUYEN KHI QUYEN HAI
4^{ème} Dang	NGOC TRAI CUA PHAT QUYEN Son Hai QUYEN SAU Son Hai KIM HOA QUYEN Son Hai MAI HOA QUYEN Son Hai LAO MAI QUYEN Son Hai	THAI KONG DAO QUYEN Dong Hai NGOC TRAN QUYEN Dong Hai VU HOÏ QUYEN Dong Hai PHUONG HOANG QUYEN Dong Hai BA CHUA QUYEN Dong Hai	QUYEN VIET NGOC TRAN QUYEN CUU LONG QUYEN PHI DIEU QUYEN ARMES AU CHOIX KHI QUYEN HAI
5^{ème} Dang	KHI QUYEN HAI Son Hai THIEU LAM THU Son Hai BAT QUAI CHUONG Son Hai CUU LONG QUYEN HAI Son Hai QUYEN D'ARMES Son Hai (au choix)	KHI QUYEN HAI Dong Hai THOI SON QUYEN Dong Hai BINH QUYEN Dong Hai BAT QUAI CHUONG Dong Hai QUYEN D'ARMES Dong Hai (au choix)	QUYEN VIET NGOC TRAN QUYEN CUU LONG QUYEN HÔ QUYEN PHI DIEU QUYEN ARMES AU CHOIX KHI QUYEN VIET MOT

	VO CO TRUYEN
1^{er} Dang	TIEN ONG QUYEN THÂN ĐÔNG CÔN (BATÔN) LÃO HỔ THƯƠNG SƠN Tứ LINH ĐAO (SABRE)
2^{ème} Dang	HÙNG KẾ QUYEN ĐÀN CÔN TÊ MI BẠCH HẠC SƠN QUYEN HUYNH LONG ĐỘC KIỂM (ÉPÉE)
3^{ème} Dang	NGOC TRAN QUYEN THÁI SƠN CÔN (BATÔN) THANH LONG ĐỘC KIỂM (ÉPÉE) LÔI LONG ĐAO (PART 1 HALLEBARDE)
4^{ème} Dang	KIM NGŨU QUYEN LÔI LONG ĐAO (PART 1 ET 2 HALLEBARDE) BÁT QUÁI CÔN (BATÔN) ĐỘC LƯ THƯƠNG (PART 1)
5^{ème} Dang	LÃO MAI QUYEN ĐỘC LƯ THƯƠNG (PART 1 ET 2) SIÊU XUNG THIÊN (HALLEBARDE)