

FÉDÉRATION FRANÇAISE DES ARTS ÉNERGÉTIQUES ET MARTIAUX CHINOIS

Taichi chuan – Qi Gong – Kungfu – Wushu - Shuai Jiao

F F A E M C

REGLEMENTS SPECIFIQUES DE COMPETITION DE SHUAI JIAO

**Règles sportives générales
Shuai Jiao**

Championnats de France Shuai Jiao 2026

Coupe de France jeunes 2026

Règles sportives générales

Shuai Jiao

Préambule

Ce règlement spécifique précise et complète le règlement général de compétition de la FFAEMC en vigueur pour ladite compétition. Le règlement général de compétition fait référence pour tout élément non spécifié.

Définition

Le règlement du Championnat de France de Shuai Jiao est un guide important pour favoriser le bon développement du projet et orienter la formation scientifique et le concours du projet. Grâce à l'effet de levier des règles de la compétition, l'essence de la lutte chinoise, rapide, changeante, proactive et cohérente, est pleinement démontrée. Les athlètes sont encouragés à attaquer activement et à utiliser des mouvements techniques difficiles et à grande échelle pour améliorer la confrontation et accroître le plaisir visuel. Maximisez la conscience de l'attaque active parmi les athlètes, limitez les comportements négatifs dans le jeu, affichez parfaitement le charme de la lutte chinoise et efforcez-vous de faciliter la compréhension du public et le jugement de l'arbitre.

Formalités administratives spécifiques

La compétition est accessible uniquement aux licenciés de la FFAEMC de la saison en cours.

[Pour les licenciés FFAEMC de la saison en cours :](#)

Tout compétiteur doit pouvoir justifier de sa licence de la saison en cours (timbre de licence ou attestation de licence).

Il doit également présenter un passeport fédéral de la FFAEMC dûment rempli et en cours de validité.

Cas général pour les mineurs :

En plus des documents demandés ci-dessus, une autorisation signée par la personne ayant autorité parentale lui permettant de participer à des rencontres dans les compétitions et manifestations organisées par la Fédération Française des Arts Énergétiques et Martiaux Chinois (sur papier libre ou apposé sur le passeport fédéral).

Documents médicaux

Pour les épreuves d'opposition :

Pour les mineurs en Shuai Jiao :

Le licencié doit avoir rempli un questionnaire de santé ne comportant aucune réponse négative auquel cas le certificat médical de non-contre-indication à la pratique compétitive doit être présenté.

Pour les majeurs compétiteurs en Shuai Jiao :

Pour les compétitions de combats, il s'agit d'un certificat de non contre- indication à la pratique en compétition des arts martiaux chinois et des sports de combat en compétition valable 3 ans. A chaque début de saison sportive le licencié doit avoir rempli un questionnaire de santé ne comportant aucune réponse négative, sinon le certificat médical de non-contre-indication à la pratique compétitive doit être renouvelé.

Catégories d'âge

POUSSINS, PUPILLES, BENJAMINS, MINIMES

Catégories d'âges	Poussins	Pupilles	Benjamins	Minimes
Age fédéral	6 - 7 ans	8 - 9 ans	10 - 11 ans	12 - 13 ans

CADETS, JUNIORS, SENIORS, VETERANS.

Catégories d'âges	Cadets	Juniors	Seniors	Vétérans
Age fédéral	14 - 15 ans	16 - 18 ans	19 – 39 ans	40 - 50 ans

Catégorie de poids

Vétérans(Femmes) : - 48kg ; - 52kg ; - 56kg ; - 60kg ; - 65kg ; - 75kg ; -82kg ; +82kg

Vétérans(Hommes) : -52kg, -56kg, -60kg ; -65kg ; -70kg ; -75kg, - 82kg ; - 90kg ; -100kg ; +100kg

Séniors(Femmes) : - 48kg ; - 52kg ; - 56kg ; - 60kg ; - 65kg ; - 75kg ; -82kg ; +82kg

Séniors (Hommes) : -52kg, -56kg, -60kg ; -65kg ; -70kg ; -75kg, - 82kg ; - 90kg ; -100kg ; +100kg

Juniors(Féminines) : -44kg, - 48kg ; - 52kg ; - 56kg ; - 60kg ; - 65kg ; - 75kg ; +75kg

Juniors (Masculins) : -48kg, -52kg, -56kg, -60kg ; -65kg ; -70kg ; -75kg, -82kg ; -90 kg ; + 90 kg

Cadettes : -40kg ; - 44kg ; - 48kg ; - 52kg ; - 56kg ; - 62kg ; + 62kg

Cadets : -40kg ; - 44 kg ; - 48kg ; - 52kg ; - 56kg ; - 62kg ; - 68kg ; - 75kg ; +75kg

Minimes (Féminin) : - 36 kg ; - 40 kg ; - 44 kg ; - 48 kg ; - 52 kg ; - 57 kg ; + 57 kg

Minimes (Masc) : - 34 kg ; - 38 kg ; - 42 kg ; - 46 kg ; - 50 kg ; - 55 kg ; - 60 kg ; + 60 kg

Benjamines : - 32 kg ; - 36 kg ; - 40 kg ; - 44 kg ; - 48 kg ; - 52 kg ; - 57 kg ; + 57 kg

Benjamins : -30 kg ; -34 kg ; -38 kg ; - 42 kg ; - 46 kg ; - 50 kg ; - 55 kg ; - 60 kg ; +66 kg

Pupilles (es) : -21 kg ; -24kg ; -27kg ; -30 kg ; -33kg ; -36kg ; -39kg ; +39 kg

Poussins (es) : -19kg ; -21 kg ; -24kg ; -27kg ; -30 kg ; -33kg ; -36kg ; +36 kg

La durée de réalisation des combats

Catégories d'épreuves	Temps de confrontation
Adultes et Juniors	Deux fois 3 minutes, en temps total de confrontation
Cadets (es) & Vétérans	Deux fois 2 minutes en temps total de confrontation
Benjamins & minimes	1 combat de 2 minutes
Pupilles et Poussins	1 combat de 1 minute30

Minute de récupération

Les rounds sont séparés par un intervalle de 1' dit "minute de récupération".

Règles d'arbitrage de la compétition

Le règlement spécifique d'arbitrage Shuai Jiao en cours de validité sera utilisé.

Organisation des épreuves

L'organisation des épreuves se fera sous le format « épreuve par poule » ou « en tableau si le nombre de combattants est suffisant ».

Musique

La musique d'accompagnement est interdite.

Tenue & protections

Tous les compétiteurs doivent avoir leurs propres équipements.

- Une veste (Dalian) de Shuai Jiao réversible de couleur blanche avec un liseré rouge et un liseré bleu. On doit pouvoir passer la main dans la manche. Le compétiteur bien habillé avec une veste de lutte lève les coudes à la hauteur des épaules avec les bras pliés à 90 degrés, la longueur des manches ne doit pas être inférieure à 8 cm.
- Pantalon de Shuai Jiao de couleur blanc avec liserai rouge et bleu (pantalon blanc toléré). Le tissu doit être 100% ou au moins 70% coton. Le pantalon doit être de la même couleur que la veste et doit être cousu avec une bande rouge ou bleue de 3,5 cm de largeur sur les bords. Les pantalons de lutte sont droits et arrivent jusqu'aux chevilles, et sont assez larges et longs pour recouvrir plus de la moitié du mollet.
- Ceinture de lutte (ceinture Shuai-Jiao) : La ceinture doit avoir une largeur de 3,5 cm et une épaisseur de 0,6 cm avec une seule couleur (blanc, rouge ou bleu). Attachez la ceinture de l'abdomen à travers le trou jusqu'au dos le long de la taille et faites un cercle. dos vers l'avant pour faire un nœud carré, la longueur de la ceinture reste de 35 cm à 40 cm une fois le nœud noué.
- Chaussures de lutte de n'importe quelle couleur à semelle souple, ne marquant pas le tapis.

Il n'y a pas de protection obligatoire.

REMARQUE : Les bandages aux articulations ou attelles sont autorisées, uniquement sur avis médical qui doit être présenté lors de l'enregistrement, validé par le responsable de la compétition.

Déroulement de la compétition

- Avant d'entrer sur le terrain, les athlètes doivent s'habiller avec une tenue conforme au règlement. La couleur de la veste de Shuai Jiao, les bandes latérales du pantalon de lutte et de la ceinture de lutte sont tous de la même couleur.
- Pendant la compétition, les athlètes doivent attendre les instructions de l'arbitre sur la surface avant d'arranger leurs vêtements.
- Les athlètes féminines doivent porter un haut élastique blanc sans manches sous leurs vêtements de lutte et ne sont pas autorisées à porter des soutien-gorge avec des armatures métalliques ou autres.
- L'apparence des athlètes doit être soignée et élégante, et aucune graisse ni peinture ne doit être appliquée sur les zones cutanées exposées.
- Avant le début du match, les athlètes se tiennent sur la ligne de sortie de la surface et ne peuvent entrer sur le terrain qu'après que l'arbitre ait fait un signal d'entrée. Après être entré sur le terrain, placez-vous sur la ligne de départ et saluez du poing l'adversaire.
- À la fin du jeu, les athlètes se placent sur la ligne de départ. Après que l'arbitre ait annoncé le résultat, les athlètes se saluent mutuellement et sortent.

Pesée

- La pesée est dirigée par le responsable de l'arbitrage, qui fait en sorte que la personne responsable d'organiser les arbitres forme un groupe de pesée pour effectuer les travaux de pesée, et l'inspecteur en chef organise les travaux d'inspection.
- La pesée peut s'effectuer la veille ou le jour même de la compétition. Les athlètes doivent porter des shorts pieds nus (les athlètes féminines portent des hauts) pour la pesée.
- Le combattant qui n'est pas au poids annoncé ou recherché sera inscrit dans la catégorie correspondant à son poids.

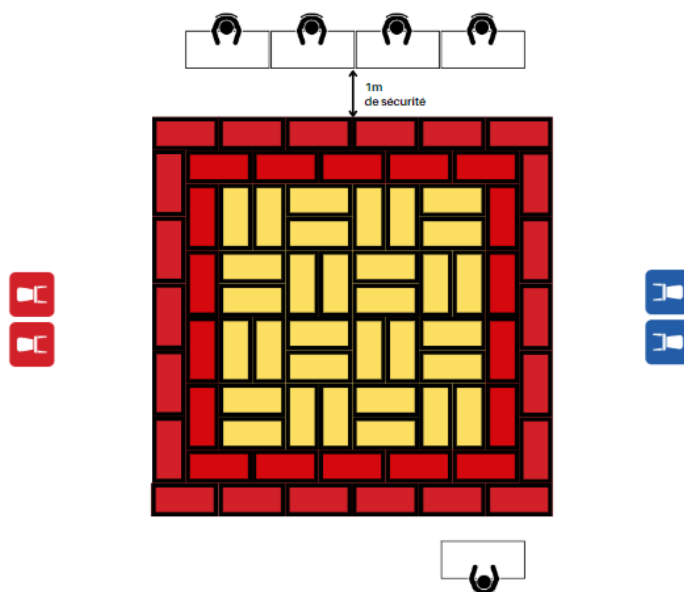
La surface de compétition

C'est une surface carrée de 8m de côté avec une protection de 2m sur le tour, l'ensemble est constitué de tapis type « judo » ou tapis-puzzle ou similaire. L'épaisseur des tapis devra être à minima de 4 cm.

Dans certains cas, la surface de combat peut être réduite à 7 m de côté, avec une protection de 1 mètre minimum sur le tour.

Les tables des officiels sont suffisamment éloignées de la surface de compétition pour des raisons de sécurité.

La hauteur de l'espace au-dessus de l'aire de compétition ne doit pas être inférieure à 8 m. L'éclairage de l'aire de compétition doit être suffisant.



Les championnats de France de Shuai Jiao 2026

Sexe

FEMININ ET MASCULIN

Nationalité

Française Exigée

Catégorie d'âge ouverte aux championnats de France

CADETS, JUNIORS, SENIORS, VETERANS.

Catégories d'âges	Cadets	Juniors	Seniors	Vétérans
Age fédéral	14 - 15 ans	16 - 18 ans	19 – 39 ans	40 - 50 ans
Année de naissance	2012- 2011	2010 -2009 - 2008	De 2007 à 1987	De 1986 à 1976

Quota et qualification

Les championnats de France de Shuai Jiao 2025 des catégories d'âges Minimales à Vétérans sont sans qualification préalable.

Le quota des compétiteurs individuels est limité à l'engagement d'une seule catégorie.

Le quota d'engagement des clubs pour le nombre de compétiteurs est illimité.

Règles d'arbitrage de la compétition

Le règlement d'arbitrage de Shuai Jiao en cours de validité sera utilisé.

Organisation des épreuves

L'organisation des épreuves se fera sous le format le format « épreuve par poule ». ou « épreuve par élimination directe » (cf. règlement général des compétitions).

Délivrance des titres

L'attribution d'un titre de Champion ou de vainqueur nécessite la participation du combattant concerné à au moins une rencontre effective.

Les 3 premiers du classement : Médaille d'Or, Argent, Bronze selon le classement

Distinction spécifique

Sera remis après concertation des Juges Arbitres et du responsable de la compétition :

- Un trophée du Meilleur Styliste Combattant (athlète masculin)
- Un trophée de la Meilleure Styliste Combattante (athlète féminine).

La coupe de France de Shuai Jiao 2026

Sexe

FEMININ ET MASCULIN

Nationalité

FRANÇAISE ET RESIDENT FRANÇAIS

Catégorie d'âge ouverte à la coupe de France

POUSSINS, PUPILLES, BENJAMINS, MINIMES

Catégories d'âges	Poussins	Pupilles	Benjamins	Minimes
Age fédéral	6 - 7 ans	8 - 9 ans	10 - 11 ans	12 - 13 ans
Année de naissance	2020 - 2019	2018 - 2017	2016 - 2015	2014 - 2013

Quota et qualification

La coupe de France de Shuai Jiao 2025 des catégories d'âges Poussins, Pupilles, Benjamins sont sans qualification préalable.

Le quota des compétiteurs individuels est limité à l'engagement d'une seule catégorie.

Le quota d'engagement des clubs pour le nombre de compétiteurs est illimité.

Règles d'arbitrage de la compétition

Le règlement d'arbitrage de Shuai Jiao en cours de validité sera utilisé.

Organisation des épreuves

L'organisation des épreuves se fera sous le format le format « épreuve par poule ». ou « épreuve par élimination directe » (cf. règlement général des compétitions).

Délivrance des titres

L'attribution d'un titre de Champion ou de vainqueur nécessite la participation du combattant concerné à au moins une rencontre effective.

Les 3 premiers du classement : Médaille d'Or, Argent, Bronze selon le classement

Distinction spécifique

Sera remis après concertation des Juges Arbitres et du responsable de la compétition :

- Un trophée du Meilleur Styliste Combattant (athlète masculin)
- Un trophée de la Meilleure Styliste Combattante (athlète féminine).