

# FÉDÉRATION FRANÇAISE DES ARTS ÉNERGÉTIQUES ET MARTIAUX CHINOIS

Taichi chuan – Qi Gong – Kungfu – Wushu

**FFAEMC**

## REGLEMENT SPECIFIQUE DE COMPETITION TUI SHOU

**Règles sportives générales  
TuiShou**

**Championnats nationaux de TUI SHOU 2025**

# Règles sportives générales TuiShou

## 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 TUISHOU « poussée des mains » et/ou « mains collantes » en chinois, est une pratique d'opposition, exercice emblématique des arts martiaux internes chinois en utilisant les quatre principes suivants : **adhérer, coller, relier, suivre.**

Le but du TUISHOU de COMPETITION est de pousser, déséquilibrer, amener son adversaire à la rupture de contact, l'entraîner au sol, le faire sortir de l'aire de confrontation (pas mobile et pas libre) en utilisant l'accueil de la force par l'écoute et la souplesse, la transformation dans la continuité et la restitution d'une énergie au service d'une action vive, efficiente en vue du but précité.

Le TUISHOU pas fixe et les TUISHOU pas mobile sont des joutes martiales qui opposent deux compétiteurs dont toute percussion est strictement exclue. Le respect mutuel, la maîtrise technique du geste et du style, la précision des actions sont principalement recherchées. Ces rencontres s'exécutent sur des surfaces délimitées et selon des durées fixées. Ces confrontations sont évaluées par le corps arbitral selon un système de gain de points ou de pénalités relatif à des techniques autorisées ou interdites. Est déclaré vainqueur d'une rencontre la compétitrice ou le compétiteur obtenant le plus de points.

Le TUISHOU de COMPETITION permet de s'engager dans une confrontation exigeante tant au niveau de la préparation que vive dans l'échange. Elle s'appuie sur l'expérience des TUISHOU d'école d'arts martiaux chinois internes qui privilégie la « moindre force au service d'un effet suffisant voir maximal », la souplesse, l'écoute des tensions par le toucher, l'absorption, la transformation, la restitution d'énergie, le respect de l'adversaire et la non-violence. Il offre à tout pratiquant/pratiquante d'art martial en recherche de maîtrise d'habileté dans la pratique d'opposition l'occasion d'expérimenter le jeu sportif chinois des « mains collantes ».

## 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 dument 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 Energétiques et Martiaux Chinois (sur papier libre ou apposé sur le passeport fédéral).

## Documents médicaux

*Pour les épreuves d'opposition :*

### Pour les mineurs en Tui Shou :

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 Tui Shou :

Pour les compétitions combat où le KO n'est pas recherché, il s'agit d'un certificat de non contre- indication à la pratique en compétition des arts martiaux et des sports de combat en compétition de contact léger 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.

## Catégorie d'âge

### JUNIORS, SENIORS, VÉTÉRANS.

Catégories d'âges	Juniors	Seniors	Vétérans	Vétérans 2
Age fédéral	16 - 18 ans	19 – 39 ans	40 - 50 ans	+ de 50 ans

## Catégorie des épreuves

- **TUISHOU pas fixe individuel** en compétition séparée (non mixte), par catégorie de poids ;
- **TUISHOU pas mobile individuel** en compétition séparée (non mixte) par catégorie de poids ;

## Catégorie de poids

FEMMES	HOMMES
moins de 52 kg de 52,100 à 56 kg inclus de 56,100 à 60 kg inclus de 60,100 à 65 kg inclus de 65,100 à 70 kg inclus de 70,100 à 75 kg inclus de 75,100 à 80 kg inclus plus de 80 kg	moins de 60 kg de 60,100 à 65 kg inclus de 65,100 à 70 kg inclus de 70,100 à 75 kg inclus de 75,100 à 80 kg inclus de 80,100 à 85 kg inclus de 85,100 à 90 kg inclus plus de 90 kg

Rappel : Pour toutes les compétitions d'opposition, des catégories de poids concomitantes peuvent être regroupées. Cependant, l'écart entre deux combattants ne pourra excéder 8 kg pour les catégories d'âge à partir de cadet inclus et au-dessus.

## La durée de réalisation des combats

Catégories d'épreuves	Temps de confrontation
<b>Tui Shou pas fixe</b>	Deux fois une minute, en temps total de confrontation, avec changement de côté au bout de la première minute.
<b>Tui Shou pas mobile</b>	Deux minutes en temps total de confrontation, sans changement de côté.

## Musique

La musique d'accompagnement est interdite.

## Tenue & protections

Tous les athlètes doivent fournir leur propre tenue.

- Pantalon de couleur noire ou blanc
- Un T-shirt à manches courtes uni de couleur noire ou blanc.
- Pieds nus (ou après accord des 2 compétiteurs et de l'arbitre central chaussures à semelles fines adaptées au tapis).

L'organisation fournira les ceintures de couleur rouge ou bleu pour la distinction des combattants.

**IMPORTANT** : le candidat ne devra porter lors de l'échange aucun bijou, chaîne, boucle d'oreille, barrettes larges, seules les lunettes de compétition sont autorisées ; les ongles doivent être courts. Il est interdit de s'enduire de corps gras.

Il n'y a pas de protection obligatoire. Le protège poitrine est fortement conseillé pour les femmes.

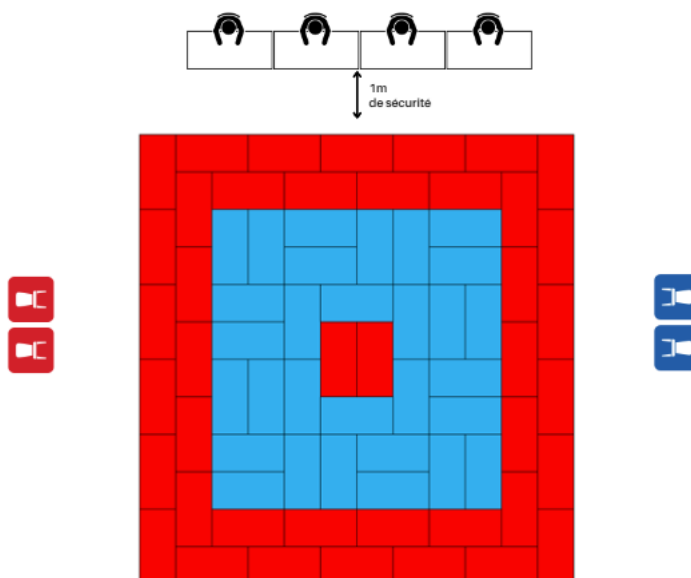
REMARQUE : Les bandages aux articulations ou attelles sont autorisées, uniquement sur avis médical qui doit être présenté lors de l'enregistrement, validé par le médecin officiel de la compétition.

## La surface de compétition

L'aire de combat doit être plane et non surélevée, elle est composée de tapis ferme style « tatamis » ou tapis puzzle d'une épaisseur minimum de 4cm. L'aire de combat est un carré de huit mètres de côté avec 1m de sécurité autour.

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.



# Championnats nationaux TUI SHOU 2025

## Sexe

FEMININ ET MASCULIN

## Nationalité

FRANÇAIS & RESIDENT FRANCAIS

## Quota et qualification

Les championnats nationaux Tui Shou 2025 des catégories d'âges Juniors à Vétérans sont sans qualification préalable.

Le quota des compétiteurs individuels n'est pas limité en nombre d'épreuves (Tui Shou pas fixe ou mobile)

## Catégorie d'âge

JUNIORS, SENIORS, VETERANS.

Catégories d'âges	Juniors	Seniors	Vétérans	Vétérans 2
<b>Age fédéral</b>	16 - 18 ans	19 – 39 ans	40 - 50 ans	+ de 50 ans
<b>Année de naissance</b>	2009 -2008 - 2007	De 2006 à 1986	De 1985 à 1975	A partir de 1974 et antérieures.

## Règles d'arbitrage de la compétition

Le règlement spécifique d'arbitrage Tui Shou en cours de validité sera utilisé.

## Organisation des épreuves

L'organisation des épreuves se fera sous le format « épreuve par poule ».

## 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