

# FÉDÉRATION FRANÇAISE DES ARTS ÉNERGÉTIQUES ET MARTIAUX CHINOIS

Taichi chuan – Qi Gong – Kungfu – Wushu

**FFAEMC**

## REGLEMENTS SPECIFIQUES DE COMPETITION & D'ARBITRAGE WING CHUN

**Règles sportives générales - Wing-Chun**

**Règles d'arbitrage - Wing Chun**

**Championnat national Wing Chun 2025**

# Règles sportives générales - Wing-Chun

---

## Préambule

Les épreuves de Wing-Chun au sein la Fédération Française des Arts Énergétiques et Martiaux Chinois (FFAEMC) ont pour but de permettre aux pratiquants de Wing-Chun de différentes lignées de pouvoir se mesurer dans des épreuves à caractères sportifs permettant un classement entre les concurrents tout en respectant les spécificités techniques et martiales de la discipline communes à la plupart des différentes lignées ouvertes à la compétition. Dans cet objectif, quatre types d'épreuves sont proposés :

## Définition

### **Epreuve de combat libre**

C'est une forme de combat libre conçue pour concilier les spécificités du style avec les exigences de préservation de l'intégrité physique des combattants. Il ne s'agit donc pas d'un combat "réel" au sens où l'envisage le Wing-Chun en tant qu'art martial, mais d'une adaptation sportive avec des règles qui permettent l'échange compétitif (faisant abstraction des techniques traditionnelles dangereuses d'origine qui ne peuvent pas être appliquées à la compétition plein contact). Cependant, ces techniques pourront être démontrées sans danger lors des épreuves de "combats artistiques" exposées plus loin.

Par ailleurs, cette forme de compétition a été conçue pour intégrer les cinq distances de combat : coups de pieds / coup de poings / coudes-genoux / lutte debout / lutte au sol. Le combat au sol est donc inclus dans une logique de combat global sportif, même s'il est peu pratiqué en Wing-Chun traditionnel. L'objectif étant de démontrer que les techniques de Wing-Chun fonctionnent bien dans les cinq distances, ce qui inclut le sol.

La compétition en combat libre comporte une épreuve de combat en contact modéré (light-contact) (recherche de K.O. non autorisée) et une épreuve en combat de plein contact (full-contact) (avec recherche de K.O et protections obligatoires).

### **Epreuve de combat technique chorégraphié**

C'est un concours de démonstrations de combats chorégraphiés, effectués en binôme devant mettre en avant les spécificités techniques, martiales et stylistiques du Wing-Chun sans que cela puisse comporter un risque pour les participants. Les techniques sont exécutées en collaboration entre les deux démonstrateurs, ce qui permet d'utiliser celles qui sont exclues de la compétition de combat libre, pour des raisons de sécurité. Ces présentations doivent donc permettre la vision complète du style, qui n'est pas possible en combat libre.

### **Epreuve individuelle d'expression artistique (Taolu) A et B**

La compétition consiste en une démonstration individuelle pouvant être choisie librement par le compétiteur afin de démontrer les caractéristiques techniques du style Wing-Chun.

L'épreuve contient une catégorie comprenant la présentation d'une forme traditionnelle de Wing-Chun (correspondant à la lignée du compétiteur catégorie A) et une catégorie d'expression artistique libre (le concurrent a la liberté de composer ou de réarranger lui-même sa propre version des Taolus catégorie B).

### **Epreuve de Chi-Sao libre**

Le chi sao, qui se traduit littéralement par l'exercice des "mains collantes", est l'élément central commun à toutes les lignées de Wing-Chun (Wing-Chun, Wing-Tsun, Wing-Tzun, Ving-Tsun,...). A l'instar du combat libre, le Chi-Sao est une épreuve de light contact conçue pour concilier les spécificités du style avec les exigences de préservation de l'intégrité physique des combattants tout en permettant aux différentes lignées de participer à cette épreuve. Cependant, l'usage des projections avec les bras et les jambes sont

autorisées.

La recherche de K.O. n'est pas autorisée. L'objectif est que les participants puissent exprimer leurs capacités techniques de wing chun avec fluidité.

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.

## **Formalités administratives spécifiques**

La compétition est accessible aux licenciés de la FFAEMC de la saison en cours et au non licenciés de la FFAEMC.

[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).

### **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'expression technique ou combat technique chorégraphié :](#)

#### **Pour les mineurs :**

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 :**

Pour les compétiteurs de forme, le certificat médical de non-contre-indication à la pratique du Taolu en compétition doit être établi une fois en début de carrière sportive puis doit être renouvelé tous les 3 ans chez les adultes de plus de 55 ans. Il conviendra qu'à chaque début de saison sportive 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 renouvelé.

[Pour les épreuves de combat libre :](#)

#### **Pour les mineurs compétiteurs en combat libre : épreuve light contact et épreuve de chi-sao libre :**

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 combat libre : épreuve light contact et épreuve de chi-sao libre :**

Pour les compétitions combat où le KO n'est pas recherché (combat libre light) 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 3ans. Il conviendra qu'à chaque début de saison sportive 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 renouvelé.

#### **Pour les mineurs et majeurs compétiteurs en combat libre : épreuve full contact :**

Pour les compétitions combat avec KO autorisé (en combat libre full), le certificat de non-contre-indication à la pratique du Wing Chun doit être daté de moins de 30 jours avant le début administratif de la saison sportive fédérale au cours de laquelle a lieu le combat. Il doit comprendre :

- Un certificat de non-contre-indication de moins d'un an

- Un électrocardiogramme de repos de moins de 3 ans,
- Un certificat de non contre-indication émanant d'un ophtalmologiste et datant de moins de 3 ans.

## Catégories d'âges

Epreuve individuelle d'expression artistique, Epreuve de combat technique chorégraphié, Epreuve de combat libre Light, Epreuve de Chi Sao libre

### JUNIORS, SENIORS, VETERANS, VETERANS 2

Catégories d'âges	Juniors	Séniors	Vétérans	Vétérans 2
Age fédéral	15 - 18ans	19 - 39ans	40 - 50 ans	+ de 50 ans

Epreuve de combat libre Full

### JUNIORS, SENIORS, VETERANS,

Catégories d'âges	Juniors	Séniors	Vétérans
Age fédéral	15 - 18ans	19 - 39ans	40 - 50 ans

## Catégories de poids

Epreuve de combat libre light et Full

Catégories de poids
≤60 kg
≤65 kg
≤70 kg
≤75 kg
≤80 kg (>75 Fém.)
≤85 kg
≤90 kg
>90 kg

## Catégories des épreuves

Catégories	Type d'épreuve	Durée de réalisation de l'épreuve	Système de classement
<b>CATEGORIE 1 - Epreuve individuelle d'expression artistique A</b>	Taolu imposé	Entre 40 sec et 5 minutes maximum.	La meilleure note
<b>CATEGORIE 2 - Epreuve individuelle d'expression artistique B</b>	Taolu libre	Entre 40 sec et 5 minutes maximum.	La meilleure note
<b>CATEGORIE 3 – Epreuve de combat technique chorégraphié</b>	Prestation libre	Entre 40 sec et 5 minutes maximum.	La meilleure note
<b>CATEGORIE 4 - Epreuve de combat libre light</b>	Opposition	2 ou 3 rounds de 2' de temps « effectif » de confrontation avec 1' de récupération	Vainqueur par point
<b>CATEGORIE 5 - Epreuve de combat libre Full</b>	Opposition	2 ou 3 rounds de 2' de temps « effectif » de confrontation avec 1' de récupération	Vainqueur par point ou KO
<b>CATEGORIE 6 - Epreuve de chi-sao libre</b>	Opposition	2 ou 3 rounds de 2' de temps « effectif » de confrontation avec 1' de récupération	Vainqueur par point

## Organisation des épreuves

L'organisation des épreuves se fera sous le format « épreuve par série » (cf. règlement général des compétitions) pour les épreuves individuelles d'expression artistique, pour les épreuves de combat technique chorégraphié.

L'organisation des épreuves de combat libre se fera sous le format d'élimination directe ou poule.

## Musique

Pour les épreuves d'expression technique la musique d'accompagnement est facultative.

Pour les épreuves combat la musique d'accompagnement est interdite.

## Tenue obligatoire

**Les éléments de la tenue sont les suivants :**

- Pantalon : couleur noir, assez ample pour permettre le port des protège-tibias et coquilles placés en dessous (sont interdits : débardeurs et shorts). Le logo du club ou de l'école est autorisé sur le pantalon.
- Haut : T-shirt blanc, gris ou noir à manches courtes (T-shirt sans manches interdit). Le logo du club ou de l'école est autorisé sur le T-shirt.
- Chaussures : couleur à dominante noire, fermeture à lacets ou à velcro (pas de chaussons chinois), semelles plates (sans talons), souples et lisses.

**Par ailleurs les combattants devront respecter les points suivants :**

- Ongles courts (les ongles longs sont dangereux en raison du port de gants à doigts coupés (mitaines)
- Port de bijoux interdit pendant les combats (aux doigts, aux poignets, visage, piercing)
- La coiffure doit être compatible avec le port du casque avec grille et mentonnière. En l'absence de casque, les cheveux longs doivent être attachés.

## Protections obligatoires

**Pour les épreuves de combat libre, sont obligatoires les :**

- Gants : à doigts coupés (mitaines), les gants de sac sont interdits
- Plastrons : en deux couleurs, le rouge et le bleu par exemple (soit en deux exemplaires, soit modèles réversibles)
- Casques : (obligatoires pour le full contact) Type intégral avec mentonnière et protection faciale sans grille. (Pas de casques à grilles ni de plexiglas). Pas de casque sans protection faciale ou avec une protection faciale non conforme (exemple : grilles, plexiglas)
- Protège tibias : sans protège pieds (en raison du port de chaussures)
- Coudières : avec bloc amortissement suffisamment épais
- Genouillères : avec bloc amortissement suffisamment épais
- Protège dents
- Coquille pubienne : obligation pour les hommes
- Protège poitrine : recommandé pour les femmes

Pour les gants et les casques : des modèles de références ont été proposés (voir annexes en fin de règlement).

Pour les couleurs : les plastrons doivent être en deux couleurs (rouge/bleu par exemple) qui seront utilisées selon les tableaux, les autres protections seront de préférence de couleur noire.

## La surface de compétition

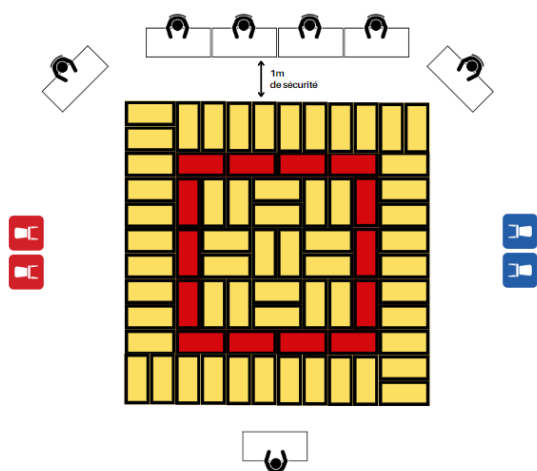
C'est une surface délimitée au sol d'un carré de 8m de côté avec une protection de 2m sur le tour, constituée de tapis type « judo » ou tapis-puzzle. L'épaisseur des tapis devra être à minima de 4 cm.

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

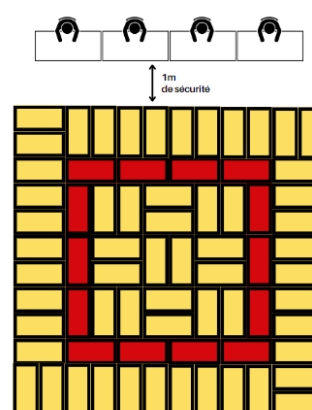
Les tables des officiels sont suffisamment éloignées de la surface de compétition pour des raisons de sécurité.

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.



**Surface Combat**



**Surface Epreuve expression**

# Règles d'arbitrage - Wing Chun

## I - RÈGLEMENT DE COMPÉTITION DE COMBAT LIBRE FULL ET LIGHT

### Article 1 : Objectif de la compétition

Permettre aux pratiquants de Wing-Chun de s'exprimer dans une forme de combat spécifique à ce style. Les combattants seront évalués sur leurs qualités techniques et leur combativité, mais la combativité sans technique ne sera pas un élément déterminant pour gagner.

### Article 2 : Déroulement du combat

#### Article 2.1 : Durée du combat

Le combat dure deux rounds de deux minutes, plus un troisième round en cas d'égalité. Les rounds sont séparés par une pause d'une minute trente secondes.

À tout moment, le combattant peut signifier à l'arbitre central son abandon.

Il convient de noter que la durée totale du round (arrêts du chronomètre compris) ne peut excéder 5 minutes.

#### Article 2.2 : Arrêts de chronomètre

Il y a arrêt du chronomètre lorsque l'arbitre le signale :

- Les combattants doivent éventuellement réajuster leurs protections
- Lors d'un arrêt d'arbitrage sur faute
- Lorsque les combattants doivent être replacés au centre de la surface

### Article 3 : Protocole

#### Autres membres du staff

Un responsable spécifique plus deux assistants (un de chaque côté du tapis pour les deux combattants), assurent la vérification des protections (et le prêt éventuel de protections officielles afin d'éviter les pertes de temps et les autres problèmes liés aux protections).

Un responsable des appels (avec micro) est désigné distinctement des autres membres du staff.

Processus d'appel des combattants

**Un premier appel** est effectué quand **le combat précédent démarre**, ce qui signifie que les protagonistes du combat suivant se préparent pendant le combat en cours.

Si les combattants appelés ne se présentent pas, un deuxième appel est effectué entre les deux rounds du combat en cours : **si un combattant n'est pas présent** une minute après ce deuxième appel, il est **déclaré forfait**.

#### Article 3.1 : Position de départ et échange consécutif "parade / coup de poing"

A chaque début de round et à chaque relance du combat, les combattants doivent se replacer au centre de la surface en **position de départ MAN SAO** (mains collées), en garde à **droite**.

Puis au signal de l'arbitre, ils doivent systématiquement effectuer un échange continu en "parade/ coup de poing" d'une **durée de 5 secondes**, avant de pouvoir libérer leurs actions. Si passé ce délai de 5 secondes aucun combattant n'a engagé aucune frappe, l'arbitre stoppe le combat pour replacer les combattants en position de départ MAN SAO afin de relancer le combat libre.

## Article 3.2 : Techniques de départ

La définition de ces techniques de base est essentielle car elle structure la forme générale du combat en gardant une liaison avec les spécificités basiques du Wing-Chun.

La technique de base des membres supérieurs est le **PAK SAO / COUP DE POING**. Il devra être réalisé avec fluidité et continuité.

La technique de base des membres inférieurs est le **LOW KICK** niveau tibias, cuisses.

La parade de base est le **TAN GERK**, (parade de jambe intérieure) et le **YAP GERK** (parade de jambes extérieure)

## Article 4 : Techniques autorisées

Les frappes ainsi que celles existantes dans les autres arts martiaux mais pas ou peu pratiquées en Wing-Chun traditionnel (exemple : coups de pieds longs, coups de pieds retournés) sont autorisées, la compétition étant une **adaptation sportive du Wing-Chun**. Le pratiquant doit être capable de gérer ces différents types d'attaques :

- Coups de pieds : tronc, cuisses, tête, tibias, intérieur des cuisses, balayages
- Coups de poings : tête, tronc
- Coups de paumes : tête, tronc
- Coups de coudes : tête (casques)
- Coups de genoux : tronc, flancs, cuisses
- Projections et saisies
- Clés : bras, jambes, genoux.

### Combat au sol

Les coups portés au sol ne sont pas autorisés, ils peuvent cependant être mimés. Les techniques de soumission sont comptabilisées. Mais passé un délai de 5 secondes, l'arbitre stoppe le combat, fait relever les combattants afin de reprendre le combat debout.

## Article 5 : Système de comptage

### Article 5.1 : Composition du corps arbitral

Le corps arbitral est composé de :

- Un président du jury (sur table) et deux jurys dont l'un effectue le chronométrage du temps
- Un arbitre central (sur tatamis)
- Deux à quatre arbitres de coin qui comptabilisent les points à l'aide d'un compteur manuel (ceux-ci peuvent donner un avis aux jurys de table sur leur impression du combat afin d'aider à déterminer le vainqueur).

### Article 5.2 : Comptabilisation des points

Les coups doivent être portés pour être validés :

- Une frappe portée vaut 1 point
- Une projection réussie vaut 2 points
- Une frappe défensive portée lors d'une projection vaut 2 points
- Une clé réussie (Chin-na) vaut 3 points
- Une immobilisation au sol pendant 5 secondes vaut 3 points
- Un coup mimé au sol vaut 2 points.

## Article 5.3 : Critères de décision

**Victoire par KO** : seulement si le KO a été obtenu avec une technique autorisée, un combattant est déclaré KO s'il ne peut reprendre le combat au bout de **10 secondes de comptage**.

**Victoire par arrêt** : si un combattant compté à trois reprises plus de **5 secondes** lors d'un combat, il sera déclaré perdant (dans le but de protéger la santé du combattant).

**Victoire par forfait** : l'un des combattants décide de ne pas poursuivre le combat, le forfait peut être demandé à tout moment de la période de combat, y compris par le coach (jet d'éponge).

**Victoire aux points** : en l'absence de KO, d'arrêt ou de forfait, et si à l'issue des deux rounds un des combattants a l'avantage du score sur les deux rounds, il est déclaré vainqueur.

**Victoire par disqualification de l'adversaire** : en cas de faute grave, l'arbitre central interrompra le combat et désignera le vainqueur.

**En cas d'égalité**, deux choix s'offrent au jury :

- **Soit un troisième round** pourra être demandé.
- Soit les arbitres et juges désignent un **vainqueur par décision** en se basant sur le critère des "qualités stylistiques du Wing-Chun". Ce même critère, qui vise à inciter les combattants à respecter les spécificités du style (autant que cela soit possible en combat libre), servira aussi à désigner parmi l'ensemble des compétiteurs le gagnant du "**Trophée du meilleur styliste**".

**Après concertation des membres du jury, l'arbitre central déterminera le vainqueur.**

## Article 5.4 : Actions interdites

**Fraper l'une des cibles suivantes :**

- La nuque
- L'arrière de la tête
- La gorge
- Les parties génitales
- Les yeux
- Les tempes.

**Actions interdites :**

- Les coups de tête
- Les piques aux yeux
- Les morsures
- Les frappes aux articulations
- Projeter la tête en avant
- Les projections avec saisies cervicales
- Les projections faisant arriver la tête la première au sol
- Se laisser tomber délibérément sur l'adversaire
- Saisie des protections de l'adversaire (exemple : plastron, casque, y compris en glissant les doigts dans la fente des yeux) ou saisie de la tenue (T-shirt, pantalon).

Si l'une de ces techniques est tentée par un des combattants lors du combat, l'arbitre central devra interrompre instantanément l'action et séparer les combattants sans attendre la chute. Il en résulte soit une disqualification soit une reprise du combat. Dans tous les cas, une pénalité de points sera comptabilisée.

#### Enumération des fautes techniques :

- Se laisser tomber au sol délibérément
- Saisir et empêcher l'adversaire de combattre (clinch)
- Suspendre sans raison le combat sous prétexte que la situation n'est pas à son avantage
- **Comportements irrespectueux** envers le juge, l'arbitre ou l'adversaire
- Si un des combattants **ne possède pas dans l'intégralité son équipement** de protection, il sera déclaré **forfait**.

#### Article 5.5 : Pénalités de points

- Attaquer avant le départ donné par l'arbitre : moins 1 point
- Attaquer avant d'avoir commencé l'échange "parade / coup de poing" : moins 1 point
- Passivité du combattant : moins 1 point
- Si les deux combattants tombent à terre, le premier qui a touché le sol perd 1 point
- Un avertissement : moins 1 point
- Deux pénalisations sont égales à la perte du combat (disqualification).

#### Article 6 : "Trophée du Meilleur Styliste"

Il sera attribué la distinction "Trophée du Meilleur Styliste" au combattant dont la prestation sera démarquée de par **sa qualité technique** conformément au style du Wing-Chun. Il convient de noter qu'il ne sera pas obligatoirement attribué à un vainqueur d'un combat.

#### Article 7 : Spécificités des 2 catégories : Light et Full Contact

Les règles seront identiques aux 2 catégories, la différence majeure étant que le K.O est autorisé pour le full contact, mais interdit pour le Light Contact. Tout manquement à cette règle sera sanctionné par une disqualification en ce qui concerne le light contact.

Le Full Contact est catégorisé par le fait que les frappes sont portées à pleines puissances, tandis que le light contact non. De ce fait, le full contact oblige le port du casque et du plastron.

## Annexe 1 : modèles de référence pour les protections de combat

**Les modèles de référence** sont conseillés mais les compétiteurs peuvent utiliser des modèles différents, qui **devront être le plus proche possible** des modèles de références, ce qui sera soumis à l'appréciation des arbitres.

### CASQUES

Avec bulle intégrale ou mentonnière

- Marque Shen Long – 48543
- Marque Métal Boxe - modèle : PB 165
- Marque Hayabusa-Modèle ENI 3277-4
- Marque Métal Boxe – Casque intégral Black Furious
- Casque de Sparring à barre FUJIMAE 21650



### GANTS

- Mitaines type MMA



### PLASTRONS

- Rouge et bleu



### AUTRES PROTECTIONS

Pas de modèle de référence actuellement défini.

## II - RÈGLEMENT DE COMPÉTITION DE COMBAT TECHNIQUE CHORÉGRAPHIÉ

### Article 1 : Objectif de la compétition

Permettre aux pratiquants de s'exprimer dans une forme de **combat spécifique chorégraphié** pour une mise en valeur esthétique du vaste éventail de techniques qu'offre **le Wing-Chun**.

Cette compétition a pour vocation également d'étendre l'accessibilité visuelle pour une appréciation par un public élargi.

### Article 2 : Déroulement de la présentation

#### Article 2.1 : Organisation de la présentation

La compétition est organisée pour les hommes, les femmes et les juniors de 15 à 17 ans. L'enchaînement doit être présenté en binôme, et celui-ci pourra être mixte.

Chaque binôme présente son enchaînement.

Les candidats pourront présenter des enchaînements avec ou sans musique.

#### Article 2.2 : Durée de la présentation

La présentation dure entre 1 et 2 minutes maximum.

Les candidats ont la possibilité de recommencer 1 fois leur présentation en cas d'erreur.

### Article 3 : Système d'évaluation

#### Article 3.1 : Critères d'appréciations

La présentation sera évaluée par critères d'appréciations :

- Précision
- Beauté du geste
- Synchronisation
- Fluidité
- Équilibre
- Maîtrise corporelle
- Vitesse
- Etc.

#### Article 3.2 : Composition du jury

Le binôme est noté sur 10 points par un jury composé de juges sur table en nombre impair dont un juge principal.

Il est souhaité que dans la mesure du possible, les juges proviennent d'écoles de Wing-Chun appartenant à différentes lignées affiliées à la FFAEMC.

### **Article 3.3 : Comptabilisation des points**

Il sera établi un système de décompte des points. Un score de départ de 10 points est attribué. Il sera réduit à chaque erreur. Il y a deux types d'erreurs :

a) Erreurs techniques.

La démonstration de la technique n'est pas correcte ou est insuffisante

b) Erreurs de maîtrise corporelle.

L'attitude et la position du corps sont incorrectes. La relation entre les extrémités, le tronc et la tête n'est pas optimale ou est incorrecte. Manque de synchronisation. Déséquilibre.

La note finale sera soumise à l'appréciation générale du jury.

### **Article 3.4 : Critères de décision**

Sera vainqueur le binôme qui aura le meilleur score.

### **Article 4 : Tenue obligatoire**

Les éléments de la tenue sont les suivants :

- Pantalon : couleur noir, assez ample pour permettre le port des protège tibia en dessous (facultatif). Sont interdits : débardeurs et shorts. Le logo du club ou de l'école est autorisé sur le pantalon.
- Haut : T-shirt noir à manches courtes (T-shirt sans manches interdit). Le logo du club ou de l'école est autorisé sur le T-Shirt.
- Chaussures : couleur à dominante noire, fermeture à lacets ou à velcro (pas de chaussons chinois), semelle plate (sans talon), souples et lisses.

Par ailleurs les combattants devront respecter les points suivants :

- Ongles courts
- Port de bijoux interdit pendant les combats (aux doigts, aux poignets, visage, piercing)
- Cheveux longs attachés.

### **Article 5 : Protection obligatoire**

Le port des protections est facultatif pour cette épreuve. (La coquille est cependant conseillée.)

### III - RÈGLEMENT DE COMPÉTITION : Épreuve individuelle d'expression artistique (Taolu)

#### Article 1 : Objectif de la compétition

Permettre aux pratiquants d'exprimer leur expertise par la présentation et l'exécution d'une forme : soit l'une des formes traditionnelles de Wing-Chun (parmi celles énoncées Art.1.1), soit une forme créée uniquement à partir des techniques de Wing-Chun.

#### Article 1.1 : Forme traditionnelle de Wing-Chun

La forme choisie par le candidat sera présentée intégralement. Les formes qui pourront être choisies sont les suivantes :

- La 1ère forme : "Siu Nim Tao"
- La 2ème forme : "Chum Kiu"
- La 3ème forme : "Biu Jee"
- Les couteaux-papillons : "Bart-Cham-Dao"
- Le mannequin de bois : "Muk-Yan-Chong-Fat" (peut être aussi bien effectué à main nues qu'avec un mannequin\*)
- Le bâton long de 6 pieds et demi : "Lok-Din-Poon-Kwan".

*\* la fédération ne prévoit pas de mannequin sur place pour le moment.*

#### Article 1.2 : Expression artistique libre

C'est un concours d'enchaînements techniques libres. Les compétiteurs présentent des enchaînements composés uniquement avec des techniques répertoriées dans les différents courants du Wing-Chun, mais dont ils choisissent librement l'ordre d'enchaînement, l'organisation spatiale et le rythme.

#### Article 2 : Déroulement de la présentation

##### Article 2.1 : Organisation de la présentation

La compétition est organisée pour les hommes, les femmes et les juniors de 15 à 17ans. Chaque candidat présente son enchaînement.

Les candidats pourront présenter des enchaînements avec ou sans musique.

##### Article 2.2 : Durée de la présentation

La présentation dure au minimum une minute et ne doit pas dépasser cinq minutes. Les candidats ont la possibilité de recommencer une fois leur présentation, en cas d'erreur.

## **Article 3 : Système de comptage**

### **Article 3.1 : Critères d'appréciations**

La présentation sera évaluée par critères d'appréciations :

- La créativité de l'enchaînement
- La logique de l'enchaînement
- La précision
- La beauté du geste
- La synchronisation
- La fluidité
- L'équilibre
- La maîtrise corporelle
- La vitesse
- L'esprit martial
- Etc.

### **Article 3.1 : Composition du jury**

Le candidat est noté sur 10 points par un jury composé de juges sur table en nombre impair dont un juge principal. Les juges proviennent d'écoles de Wing-Chun différentes affiliées à la FFAEMC

### **Article 3.2 : Comptabilisation des points**

Il sera établi un système de décompte des points. Le score de départ est déduit à chaque erreur. Il y a quatre types d'erreurs :

- La recherche créative jugée insuffisante :

L'enchaînement a trop de points de similitudes avec une forme traditionnelle existante.

- Erreurs techniques :

La démonstration de la technique n'est pas correcte ou est insuffisante. Manque de cohérence.

- Erreurs de maîtrise corporelle :

L'attitude et la position du corps sont incorrectes. La relation entre les extrémités, le tronc et la tête n'est pas optimale ou est incorrecte. Déséquilibre.

- Erreurs dans le style :

Erreur de contenu, compréhension de la cohérence de la technique.

La note finale sera soumise à l'appréciation générale du jury.

### **Article 3.3 : Critères de décision**

Sera vainqueur le candidat qui aura le meilleur score.

### **Article 3.4 : Actions interdites**

Néant.

## **Article 4 : Tenue obligatoire**

Les éléments de la tenue sont les suivants :

- Pantalon : couleur noir (sont interdits : débardeurs et shorts). Le logo du club ou de l'école est autorisé sur le pantalon.
- Haut : T-shirt noir à manches courtes (T-shirt sans manches interdits). Le logo du club ou de l'école est autorisé sur le T-Shirt.
- Chaussures : couleur à dominante noire, fermeture à lacets ou à velcro (pas de chausson chinois), semelles plates (sans talon), souples et lisses.

Par ailleurs les combattants devront respecter les points suivants :

- Ongles courts (les ongles longs sont dangereux en raison des gants à doigts coupés)
- Port de bijoux interdit pendant les combats (aux doigts, aux poignets, visage, piercing).

## **Article 5 : Protection obligatoire**

Aucune.

## III - RÈGLEMENT DE COMPÉTITION : Épreuve de chi-sao libre

### Article 1 : Objectif de la compétition

Permettre aux pratiquants de Wing-Chun d'exprimer leur capacité technique de wing chun avec fluidité. Les combattants seront évalués sur leurs qualités techniques et leur fluidité, cependant, la combativité sans technique ne sera pas un élément déterminant pour gagner cette épreuve.

### Article 2 : Déroulement du combat :

#### Article 2.1 : Organisation du combat

La compétition est organisée pour les hommes, les femmes de tout âge et les juniors de 15 à 17 ans. Les combats sont organisés par catégorie de poids et de sexe.

#### Article 2.2 : Durée du combat

Le combat dure deux rounds de deux minutes, plus un troisième round en cas d'égalité. Les rounds sont séparés par une pause d'une minute.

A tout moment, le combattant peut signifier à l'arbitre central son abandon.

Il convient de noter que la durée totale du round (arrêts du chronomètre compris) ne peut excéder 5 minutes.

#### Article 2.3 : Arrêts de chronomètre

Il y a arrêt du chronomètre lorsque l'arbitre le signale :

- les combattants doivent éventuellement réajuster leurs protections
- lors d'un arrêt d'arbitrage sur faute
- lorsque les combattants doivent être replacés au centre de la surface

### Article 3: Début du combat

#### Article 3.1 : Position de départ : Chi-sao (mains collantes en face à face)

A chaque début de round et à chaque relance du combat, les combattants doivent se replacer au centre de la surface en **position CHI SAO** (mains collées).

Puis au signal de l'arbitre, ils doivent systématiquement effectuer un échange continu en "chi-sao" d'une **durée de 5 secondes**, avant de pouvoir démarrer leurs actions. Si passé ce délai de 5 secondes aucun combattant n'a engagé aucune frappe, l'arbitre stoppe le combat pour replacer les combattants en position de départ CHI SAO afin de relancer le combat libre.

## Article 4: Techniques autorisées

Les frappes ainsi que celles existantes dans les autres arts martiaux mais pas ou peu pratiquées en Wing-Chun traditionnel (exemple: coups de pieds longs, coups de pieds retournés) sont autorisées, la compétition étant une **adaptation sportive du Wing-Chun**, le pratiquant doit être capable de gérer ces différents types d'attaques.

- Coups de pieds : tronc, cuisses, tête, tibias, intérieur des cuisses ; balayages
- Coups de poings : tête, tronc
- Coups de paumes : tête, tronc
- Coups de coudes : tête (casques)
- Coups de genoux : tronc, flancs, cuisses
- Projections et saisies
- Clés : bras, jambes, genoux

### **Combat au sol**

Le combat au sol n'est pas autorisé. Après une chute, les combattants sont replacés au centre du tapis en position de départ.

## Article 5 : Système de comptage

### **Article 5.1 : Composition du corps arbitral**

Le corps arbitral est composé de :

- un président du jury (sur table) et deux jurys dont l'un qui effectue le chronométrage du temps.
- un arbitre central (sur tatamis)
- deux à quatre arbitres de coin qui comptabilisent les points à l'aide d'un compteur manuel (ceux-ci peuvent donner un avis aux jurys de table sur leur impression du combat afin d'aider à déterminer le vainqueur).

### **Article 5.2 : Comptabilisation des points**

Les coups doivent être portés pour être validés.

- Une frappe portée vaut 1 point
- Une projection réussie vaut 2 points
- Une frappe défensive portée lors d'une projection vaut 2 points
- Une clé réussie (Chin-na) vaut 3 points

### **Article 5.3 : Critères de décision**

**Victoire par arrêt** : si un combattant compté à trois reprises plus de **5 secondes** lors d'un combat, sera déclaré perdant (dans le but de protéger la santé du combattant).

**Victoire par forfait** : l'un des combattants décide de ne pas poursuivre le combat, le forfait peut être demandé à tout moment de la période de combat, y compris par le coach (jet d'éponge)

**Victoire aux points**: en l'absence de KO, d'arrêt ou de forfait, et si à l'issue des deux rounds un des combattants a l'avantage du score sur les deux rounds, il est déclaré vainqueur.

**Victoire par disqualification de l'adversaire** : en cas de faute grave, l'arbitre central interrompra le combat et désignera le vainqueur.

**En cas d'égalité**, deux choix s'offrent au jury :

- soit un **troisième round** pourra être demandé.
- soit les arbitres et juges désignent un **vainqueur par décision** en se basant sur le critère des "qualités stylistiques du Wing-Chun" (Ce même critère, qui vise à inciter les combattants à respecter les spécificités du style, autant que cela est possible en combat libre), servira aussi à désigner parmi l'ensemble des compétiteurs le gagnant du "**Trophée du meilleur styliste**".

**Après concertation des membres du jury, l'arbitre central déterminera le vainqueur.**

## Article 5.4 : Actions interdites

**Frapper l'une des cibles interdites :**

- la nuque
- L'arrière de la tête
- La gorge
- Les parties génitales
- les yeux
- les tempes

**Les actions interdites sont :**

- Les coups de tête
- Les piques aux yeux
- Les morsures
- Les frappes aux articulations
- les frappes au sol
- Projeter la tête en avant
- Les projections avec saisies cervicales

- Les projections faisant arriver la tête la première au sol
- Se laisser tomber délibérément sur l'adversaire
- Saisie des protections de l'adversaire (exemple : plastron, casque) ou saisie de la tenue (T-shirt, pantalon)

Si l'une de ces techniques est tentée par un des combattants lors du combat, l'arbitre central devra interrompre instantanément l'action et séparer les combattants sans attendre la chute. Il en résulte soit une disqualification soit une reprise du combat. Dans tous les cas une pénalité de points sera comptabilisée.

#### Enumération des Fautes techniques :

- Perdre le contact Chi-Sao (mains collantes) pendant plus de 10 secondes
- Se laisser tomber au sol délibérément
- la recherche du K.O.
- Saisir et empêcher l'adversaire de combattre (clinch)
- Suspendre sans raison le combat sous prétexte que la situation n'est pas à son avantage.
- **Comportements irrespectueux** envers le juge, l'arbitre ou l'adversaire.
- Si un des combattants **ne possède pas dans l'intégralité son équipement** de protection, il sera déclaré **forfait**.

#### Article 5.5 : Pénalités de points

Attaquer avant le départ donné par l'arbitre : moins 1 point

Attaquer avant d'avoir commencé l'échange en position de départ : moins 1 point

Passivité du combattant : moins 1 point

Si les deux combattants tombent à terre, le premier qui a touché le sol perd 1 point

Un avertissement : moins 1 point

Deux pénalisations sont égales à la perte du combat (disqualification)

#### Article 6: Tenue obligatoire

Les éléments de la tenue sont les suivants :

- Pantalon : couleur noir, assez ample pour permettre le port des protèges tibias et coquilles placés en dessous (sont interdits: débardeurs et shorts). Le logo du club ou de l'école est autorisé sur le pantalon.
- Haut: T-shirt blanc, gris ou noir à manches courtes (T-shirt sans manches interdits). Le logo du club ou de l'école est autorisé sur le T-shirt.

- Chaussures : couleur à dominante noire, fermeture à lacets ou à velcro (pas de chaussons chinois), semelles plates (sans talons), souples et lisses.

**Par ailleurs les combattants devront respecter les points suivants :**

- Ongles courts (les ongles longs sont dangereux en raison des gants à doigts coupés (mitaines))
- Port de bijoux interdit pendant les combats (aux doigts, aux poignets, visage, piercing)
- La coiffure doit être compatible avec le port du casque et mentonnière. En l'absence de casques, les cheveux longs doivent être attachés.

### **Article 7: Protections obligatoires**

- Gants: à doigts coupés (mitaines, les gants de sac sont interdits).
- Plastrons : obligatoires. En deux couleurs : le rouge et le bleu par exemple (soit en deux exemplaires, soit modèles réversibles)
- Casques : Type intégral avec mentonnière et protection faciale sans grille. (Pas de casques à grilles ni de plexiglas).
- Protège tibias : facultatif. Sans protège pieds (en raison du port de chaussures)
- Coudières : obligatoires. Avec bloc amortissement suffisamment épais
- Genouillères : obligatoires. Avec bloc amortissement suffisamment épais
- Protège dents : obligatoire
- Coquille pubienne : obligation pour les hommes
- Protège poitrine : recommandé pour les femmes

Pour les gants et les casques : des modèles de références qui ont été proposés (voir annexes en fin de règlement)

Pour les couleurs : Les plastrons doivent être en deux couleurs (rouge/bleu par exemple) qui seront utilisées selon les tableaux, les autres protections seront de préférence de couleur noire.

### **Article 8: Suivi médical des compétiteurs**

Si un combattant subit un K.O, il ne pourra se représenter que trois mois plus tard avec un certificat médical favorable du médecin du sport (examen comprenant le fond d'œil).

Un deuxième K.O, 6 mois plus tard avec certificat médical.

Un troisième K.O, la compétition lui sera définitivement interdite.

### **Article 9 : “Trophée du Meilleur Styliste”**

Il sera attribué la distinction “Trophée du Meilleur Styliste” au combattant dont la prestation sera démarquée de par **sa qualité technique** conformément au style du Wing-Chun. Il convient de noter qu'il ne sera pas obligatoirement attribué à un vainqueur d'un combat.

## Annexe 1 : protocoles

### Autres membres du staff

La vérification des protections (et le prêt éventuel de protections officielles) est gérée par un responsable spécifique plus deux assistants (un de chaque côté du tapis pour les deux combattants), afin d'éviter les pertes de temps et les autres problèmes liés aux protections.

Il est souhaitable d'avoir un responsable des appels (avec micro) qui soit distinct des autres membres du staff.

### Processus d'appel des combattants

**Un premier appel** est effectué quand **le combat précédent démarre**, ce qui signifie que les protagonistes du combat suivant se préparent pendant le combat en cours.

Si les combattants appelés ne se présentent pas, un deuxième appel est effectué entre les deux rounds du combat en cours : **si un combattant n'est pas présent** une minute après ce deuxième appel, il est **déclaré forfait**.

## Championnats nationaux Wing Chun 2025

### Sexe

FEMININ ET MASCULIN

### 1.1 Nationalité

Français et résident français

### 1.2 Catégorie d'âge ouverte aux championnats nationaux 2025

Epreuve individuelle d'expression artistique, Epreuve de combat technique chorégraphié, Epreuve de combat libre Light

**JEUNES, JUNIORS, SENIORS, VETERANS, VETERANS 2.**

Catégories d'âges	Juniors	Séniors	Vétérans	Vétérans 2
Age fédéral	15-18ans	19 - 39ans	40 - 50 ans	+ de 50 ans
Année de	2010 - 2007	2006 - 1986	1985 - 1975	A partie de 1974

naissance				et en dessous
-----------	--	--	--	---------------

### Epreuve de combat libre Full CADETS, JUNIORS, SENIORS, VETERANS.

Catégories d'âges	Juniors	Seniors	Vétérans
Age fédéral	16 - 18 ans	19 – 39 ans	40 - 50 ans
Année de naissance	2009 -2008 - 2007	De 2006 à 1986	De 1985 à 1975

### 1.3 Quota et qualification

Les championnats nationaux de Wing Chun 2025 sont sans qualification préalable.

Le quota des compétiteurs individuels est limité à l'engagement de 3 épreuves individuelles en Taolu, une catégorie de poids dans une seule forme de combat.

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

### Règles d'arbitrage de la compétition

Le règlement d'arbitrage Wing Chun en cours de validité sera utilisé.

### 1.4 Organisation des épreuves

Pour les épreuves de Combat libre ou full, l'organisation des épreuves se fera sous le format « épreuve par élimination directe » ou le format « épreuve par poule » (cf. règlement général des compétition).

Pour les épreuves de Taolu, l'organisation des épreuves se fera sous le format « épreuve par série » (cf. règlement général des compétition).

### 1.5 Délivrance des titres

Si le compétiteur est seul dans sa catégorie, celui-ci ne peut recevoir de médaille ni de titre.

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

En combat libre ou full : 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 compétition,

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