




		Programme niveau supérieur S1
UV1	1.1	Drill avec ciblage libre (par 2) Voir vidéos KWF009-0010-0011-0012 (privées)
	1.2	Démonstration clés et amenées au sol sur Drill (Tête ; tronc bras et jambes)
	1.3	Kuatsu (techniques de réanimation)
UV2	2.1	1 niveau de base tiré au sort entre 2 et 6 (Points et loges)
	2.2	Ligne centrale (Ren Mai + Du Mai)
	2.3	Demo Fa-jin sur pao (Frappes Yin et Yang ; pieds et poings)
UV3	3.1	Randori en cercle sur saisie ou tentative de saisie (Riposte libre avec points vitaux)
	3.2	10 techniques de self défense (attaque imposées, défenses libres) ; armes possibles (bâton et couteau) [Dans le style de la discipline martiale pratiquée par le candidat]
	3.3	Shiatsu du dos

		Programme niveau supérieur S2
UV1	1.1	Drill de ciblage (2 drills cumulés) Voir vidéos KWF009-0010-0011-0012 (privées)
	1.2	5 attaques imposées (direct, crochet, revers, coup de pied direct, coup de pied circulaire (forme low kick ou mawashi))
	1.3	Kuatsu (2 tirés au sort)
UV2	2.1	1 loge tirée au sort avec 3 applications
	2.2	3 applications dynamiques qui utilisent la ligne centrale
	2.3	Frappes sur PAO dans toutes les directions
UV3	3.1	Randori en cercle
	3.2	10 techniques de self défense (attaque imposées, défenses libres) ; armes possibles (bâton et couteau) [Dans le style de la discipline martiale pratiquée par le candidat]
	3.3	Shiatsu du dos et des épaules

		Programme niveau supérieur S3
UV1	1.1	Drill + ciblage libre + applications Voir vidéos KWF009-0010-0011-0012 (privées)
	1.2	Ju Ippon Kumite Jiyu Ippon Kumite, c'est le combat traditionnel libre. Selon les écoles il sera pratiqué de manière différente, mais le point commun est de rendre les assauts aussi libres que possible pour augmenter le niveau d'incertitude.
	1.3	Kuatsu
UV2	2.1	1 loge tirée au sort
	2.2	Enchaînement 3 points dans la loge / Yin Yang / Position de la loge / Position de contrôle
	2.3	Forme de frappe de l'élément de la loge sur PAO
UV3	3.1	Randori en cercle
	3.2	15 techniques de self (Attaque imposées, défenses libres) ; armes
	3.3	Shiatsu loge et points de traitement

		Programme niveau supérieur S4
UV1	1.1	Drill libre + applications Voir vidéos KWF009-0010-0011-0012 (privées)
	1.2	Ju Ippon Kumite
	1.3	Kuatsu
UV2	2.1	1 loge tirée au sort
	2.2	Enchaînement 3 points dans la loge / Yin Yang / Shen / Ke
	2.3	Formes de frappe / forme de main / positions
UV3	3.1	Kata perso
	3.2	SAN BON Kumite Les Kumite en Sanbon (San=trois) se font sur 3 attaques. Les deux premières sont bloquées, la dernière donne lieu à une contre-attaque décisive.
	3.3	Shiatsu Traitement des applications

 Programme niveau supérieur S5		
UV1	1.1	Drill libre + application Voir vidéos KWF009-0010-0011-0012 (privées)
	1.2	Ju Ippon Kumite
	1.3	Kuatsu
UV2	2.1	Cycle Shen Cycle RAE avec applications
	2.2	Cycle Ké / Cycle Raé avec application
	2.3	Points de saison / image mentale / démo
UV3	3.1	Kata perso 5 éléments
	3.2	SAN BON Kumite
	3.3	Shiatsu Traitement des applications

 Programme niveau supérieur S6		
UV1	1.1	1 drill libre intégrant 2 distances (Poings et corps à corps)
	1.2	Ju ippon kumité
	1.3	Kuatsu
UV2	2.1	Mémoire sur un sujet en lien avec le Kyusho DIM MAK
	2.2	Kata d'illustration du mémoire
UV3	3.1	Demo yaku soku yeiko dans 3 distances (pieds poings, corps à corps, sol, 3 techniques minimum par distances)
	3.2	Shiatsu
	3.3	Techniques respiratoires Qi Gong et Purification