



# e-COMPETITION « TECHNIQUE » Quyền, Binh khí et Đối kháng mở

## PREAMBULE

Pour cette saison particulière, la FAMTV souhaite privilégier le « **direct** » en compétition.

La saison dernière nous avons privilégié une compétition virtuelle, avec vidéos pré-enregistrées et envoyées pour être jugées. Cette année nous allons privilégier le « **live** ». Ce sera une **e-compétition** en « **direct** », comme pour de « **vrai** ». Cette compétition comprend 3 épreuves qui sont :

- **Quyền** « mains nues » ;
- **Binh khí** « leçon d'arme » ;
- **Đối kháng mở** « Shadow Boxing ».

**Un compétiteur peut participer à une ou plusieurs épreuves.**

Pour que la compétition puisse avoir lieu, un lien vous sera transmis pour vous inscrire afin de vous donner la plage horaire et le « tapis virtuel » de passage. Une catégorie est ouverte à partir de Trois compétiteurs.

Nous conseillons un regroupement des candidats par club ou par région dans un même lieu en respectant les règles du protocole de reprise d'activité. Cela permettra à certains de se préparer sous l'œil « vigilant » de leur enseignant ou responsable de club, avant de concourir.

Au cas où la connexion soit défectueuse, une seconde connexion sera possible dans la demi-heure qui suit.

Cette compétition est ouverte à tous les licenciés FAMTV. Elle est individuelle et les juges en charge de l'analyse du direct vont donner leurs notes aussitôt, à la fin de chaque prestation, tout comme lors d'une compétition sur un tapis, en salle. Il n'y aura qu'un seul passage pour les plus de 12 CAP (ceinture Rouge), et, selon les cas, à la demande du compétiteurs les juges autoriseront ou non un second passage pour les moins de 12 CAP ou pour les moins de 13 ans.

## 1. EPREUVES TECHNIQUES

**1.1. Quyền : MAINS NUES : Cette épreuve doit être réalisée entre 30 secondes et 1 minute 45 maximum.**

### 1.1.1. CATEGORIES

**ESPOIRS :** Ceintures inférieures au 12<sup>ème</sup> CAP Vo Co Truyen (élèves).

**OPEN :** Ceintures supérieures ou égales au 12<sup>ème</sup> CAP Vo Co Truyen (enseignants).

### 1.1.2. CRITERES DE NOTATION

Critères	Technique	Difficulté	Efficacité	Regard	Rythme	Pénalités
Modalités	Précision du geste, fluidité.	Difficulté de l'enchaînement (de base ou supérieur), vitesse d'exécution.	Force, condition physique et réalisme, attitude, expression martiale	Force, condition physique et réalisme, attitude, expression martiale	Temps forts, Pausés, Reprises. Sensation générale.	Non-respect du protocole. Techniques « dangereuses » - <b>1 point négatif à chaque fois</b>
Points	4	4	4	4	4	<b>-5</b>

**1.2. Binh khí : ARMES : Ces épreuves doivent être réalisées entre 30 secondes et 1 minute 45 maximum.**

**1.2.1. CATEGORIES :** Idem Mains nues - **Les armes aiguisées sont interdites**

**1.2.2. CRITERES DE NOTATION :** Idem Mains nues - **Les armes aiguisées sont interdites**

### 1.3. Đối kháng mở - SHADOW BOXING.

L'épreuve de **Shadow Boxing (Đối kháng mở)** consiste en une série continue et enchaînée de mouvements de combat dans le vide en évoluant **sur une surface carrée de 2x2 m**, mettant en avant les qualités techniques du combattant en poings, pieds, coudes, genoux, balayages. **Cette épreuve réalisée entre 15 et 30 secondes maximum.**

**1.3.1. CATEGORIES :** Idem Mains nues.

### 1.3.2. CRITERES DE NOTATION

Critères	Stabilité	Technique	Puissance	Rythme	Expression corporelle	Pénalités
Modalités	Axe et alignements articulaires. Garde montée.	Qualité et difficulté des postures. Qualité des déplacements, des pivots.	Force Vitesse. Contrôle de la respiration	Fluidité gestuelle Temps forts. Liaison des phases d'arrêt et d'accélération	Tenue du compétiteur Niveau de difficulté. Regard et détermination.	Non-respect du protocole. Techniques « dangereuses » - <b>1 point négatif à chaque fois</b>
Points	4	4	4	4	4	<b>-5</b>

## 2. QUELQUES RECOMMANDATIONS ET CONDITIONS

**2.1. Lien pour s'inscrire :** [ici](https://forms.gle/tCPmFWa1iNdz6ATE8) (<https://forms.gle/tCPmFWa1iNdz6ATE8>)

**2.2. RECOMMANDATIONS :** Afin d'avoir une homogénéité dans la réalisation des prestations, nous vous recommandons :

### 2.2.1. Lieu :

- **Il est conseillé aux pratiquants de se rapprocher des responsables de leur club pour une organisation efficace et en un seul lieu.**
- Le lieu sur lequel la prestation et prise de vue = EXTERIEUR (mais ça n'interdit pas l'intérieur). Type d'éclairage = NATUREL.
- A la nature de la surface sur laquelle a lieu la prestation (il n'est pas autorisé de modifier le relief naturel du terrain),

### 2.2.2. La vidéo doit :

- Être filmée en plan fixe et nous vous conseillons de filmer de profil ou de ¾ de face afin d'avoir une meilleure visibilité de la prestation,
- Contenir une prestation effectuée dans un lieu ou sur un site comportant peu – voire pas – de sujet(s) et/ou centre(s) d'intérêt(s) secondaire(s) de nature à détourner l'attention du jury de la forme exécutée,
- Être filmée en s'assurant de la bonne visibilité du compétiteur et d'une bonne prise de son.

### 2.2.3. Mise en scène de la prestation :

La performance doit être présentée « en continue », c'est-à-dire : ne comporter ni séquence, ni chapitre, pas de pause, pas de fondu, pas de musique ni autres effets.

## 2.3. CONDITIONS RELATIVES A LA ZONE DE PERFORMANCE

<b>Taille</b>	Il n'y a pas de taille pour la surface d'exécution de la prestation.
<b>Marquage au sol</b>	Il n'y a pas lieu de faire un marquage au sol pour les Quyèn ou Binh khí. Par contre, une zone de 2x2 m est notifiée pour le <b>Đổi kháng mở</b> (Shadow Boxing).
<b>Surface de la zone</b>	Enregistrement des performances sur terrain plat.
<b>Eclairage</b>	Les conditions d'éclairage doivent être suffisantes pour que les juges distinguent toutes les phases de mouvement. Si le niveau de lumière est trop faible, l'enregistrement vidéo est rejeté et l'athlète est retiré de la sélection

## 2.4. CONDITIONS POUR LE COMPETITEUR

<b>Tenue</b>	Lors de l'exécution de la prestation, le compétiteur doit être habillé en tenue habituelle (vo phuc traditionnel de l'école). Il est possible pour l'épreuve de <b>Đổi kháng mở</b> (shadow boxing) de porter le débardeur de l'école à la place de la veste de vo phuc. Pour cette épreuve, il est recommandé de ne pas porter de gants boxe ou un bandage.
<b>Armes</b>	Le compétiteur doit utiliser une arme conforme au règlement fédéral.
<b>Protocole (entrée/sortie)</b>	Avant le début de l'épreuve, le compétiteur, face à la caméra se présente distinctement à voix haute « Nom – Prénom – Club – Ligue – Catégorie – nom du quyèn ou de la leçon ».

## 2.5. CONDITIONS REQUISES POUR LA VIDEO

<b>Format</b>	L'enregistrement de la performance du compétiteur doit être fait par l'intermédiaire d'un smartphone et avec son)
<b>Son</b>	Le son de la vidéo doit être audible par le jury
<b>Cadre</b>	Le compétiteur doit être intégré dans le cadre dans l'ensemble de la vidéo. Recadrer / sortir du cadre (corps / mains / pieds) n'est pas autorisé
<b>Montage</b>	Le montage vidéo (coupe, ajout de fond sonore / musique, accélération, effets vidéo...) n'est pas autorisé.

## 3. LE CORPS ARBITRAL

Le corps arbitral est composé uniquement de juges FAMTV France pour afin de faciliter l'organisation. Pour chaque catégorie, 3 juges seront désignés par la responsable de l'e-compétition afin de réaliser la notation.

Parmi les trois juges désignés, le Juge principal s'occupera en plus de gérer l'appel, la saisie des notes et l'annonce des podiums.

## 4. RECOMPENSES

Tous les participants recevront un certificat de participation ou de classement dans la catégorie qui leur sera envoyé par courrier électronique.

**Les podiums seront récompensés : Diplôme dématérialisé**

## 5. Calendrier :

- ✓ l'e-compétition aurait lieu le 5 juin de 13h à 19h.
- ✓ Les juges doivent être 12<sup>ème</sup> CAP minimum pour juger.
- ✓ Il y aura 4 liens équivalents à 4 tapis :
  - **Tapis 1 pour les**
    - MINI-POUSSINS – 4/5 ans – nés en 2015/2016
    - POUSSINS – 6/7 ans – nés en 2013/2014
    - PUPILLES – 8/9 ans – nés en 2011/2012
  - **Tapis 2 pour les**
    - BENJAMINS – 10/11 ans – nés en 2009/2010
    - - MINIMES – 12/13 ans – nés en 2007/2008
  - **Tapis 3 pour les :**
    - - CADETS – 14/15 ans – nés en 2005/2006
    - - JUNIORS – 16/17 ans – nés en 2003/2004
  - **Tapis 4 pour les :**
    - SENIORS – 18/34 ans – nés de 1986 à 2002
    - VETERANS 1&2 (35/44 ans – nés de 1976 à 1985 & les + de 45 ans – nés en 1975 et avant).

La fédération des arts martiaux traditionnels vietnamiens



# FAM TV

## Compétition

## @ Live



Adultes et enfants

### 2021

Quyên

Bãi vu khi

## Le Samedi 5 Juin

épreuves de 13 h à 19 h

## Doi Khan Moi



Seuls les licenciés FAMTV peuvent y participer

[www.famtv.fr](http://www.famtv.fr)

 : [famtv](https://www.facebook.com/famtv)

LIÊN ĐOÀN VÕ CỔ TRUYỀN VIỆT NAM TẠI PHÁP

En France, seule la FAMTV-France est reconnue par la WFV - agrément WFV n°EU-001FR FED-DEC n°35 / QD-WFV 07DEC2016