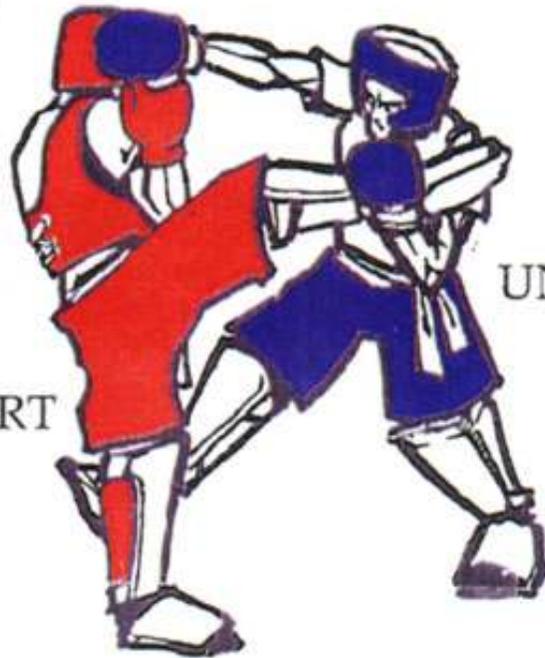


BOXE CHINOISE



UN SPORT

UNE PASSION

| | |
|---|-----------|
| HISTORIQUE | 3 |
| ICBF INTERNATIONAL BOXE CHINOISE FEDERATION | 4 |
| <i>Presentation</i> | <i>4</i> |
| <i>ICBF Organisation</i> | <i>5</i> |
| <i>ICBF Afrique.....</i> | <i>6</i> |
| <i>ICBF Amerique</i> | <i>7</i> |
| <i>ICBF Asie.....</i> | <i>8</i> |
| <i>ICBF Europe.....</i> | <i>9</i> |
| <i>ICBF Océanie</i> | <i>10</i> |
| LES DIFFERENTES DISCIPLINES DE LA BOXE CHINOISE | 11 |
| LA BOXE CHINOISE EDUCATIVE | 11 |
| LA BOXE CHINOISE TRADITIONNELLE | 11 |
| LA BOXE CHINOISE TECHNIQUE | 12 |
| LA BOXE CHINOISE CONTACT | 12 |
| BOXE CHINOISE EDUCATIVE | 13 |
| LA BOXE CHINOISE ET LES ENFANTS | 13 |
| LES REGLES | 14 |
| LES JEUX | 15 |
| REGLEMENT INTERNATIONAUX | 16 |
| BOXE CHINOISE TRADITIONNELLE..... | 17 |
| REGLEMENT INTERNATIONAUX | 17 |
| LA BOXE CHINOISE TECHNIQUE | 18 |
| LE PRATIQUANT DE BOXE CHINOISE..... | 18 |
| CENTRE TECHNIQUE CADRE DE BOXE CHINOISE | 19 |
| REGLEMENT INTERNATIONAUX | 20 |
| LA BOXE CHINOISE CONTACT..... | 21 |
| REGLEMENT INTERNATIONAUX | 21 |
| LA BOXE CHINOISE ET LES FEMININES | 22 |
| LA COMPETITION | 23 |
| PRESENTATION | 23 |
| EXTRAIS DU REGLEMENT DE COMPETITION DE BOXE CHINOISE | 24 |
| <i>Aire de Combat</i> | <i>24</i> |
| <i>Tenue des combattants.....</i> | <i>24</i> |
| <i>Protections.....</i> | <i>24</i> |
| <i>Formules d'Arbitrage.....</i> | <i>24</i> |
| <i>Technique Autorisées</i> | <i>24</i> |
| <i>Attaque jugées valable</i> | <i>24</i> |
| CATEGORIES DE POIDS..... | 25 |
| <i>Pour les Femmes</i> | <i>25</i> |
| <i>Pour les Hommes : MINIMES - CADETS - JUNIORS - SENIORS</i> | <i>25</i> |
| <i>Pour les Enfants</i> | <i>25</i> |
| COUPS INTERDITS | 26 |
| COUPE DE LA JEUNESSE | 27 |
| POLE ELITE SENIOR BOXE CHINOISE | 28 |
| LES TITRES | 29 |
| LES COMPETITIONS..... | 31 |
| L'INTERNATIONAL | 32 |
| LES SEJOURS SPORTIFS..... | 32 |
| LES STAGES INTERNATIONNAUX | 33 |
| INFORMATIONS COMPLEMENTAIRES..... | 34 |
| LES FORMATIONS | 34 |
| LA LISTE DES CLUBS | 35 |
| LES CALENDRIERS..... | 36 |
| ADMINISTRATIFS | 36 |
| SPORTIFS | 37 |

HISTORIQUE

Originnaire de CHINE, cet Art martial externe utilisant l'expression des poings et des pieds a été créé au dix septième siècle.

Depuis sa date de création en club 1981, elle prit forme en 1993 comme structure FEDERALE, au sein de la FFKBCDA, puis au sein de la fédération du FULL CONTACT (FTCCG) et suit sont évolution en France avec une trentaine de clubs, répartis au quatre coins de la France.

Sur le plan international, plus de quarante pays sont représentés sous la direction de MICHEL BEROSE, précurseur de cette discipline sous sa forme actuelle.

Presentation

*DELEGATION
CONTINENTALE*

*ICBF
Comité Afrique*

*ICBF
Comité Europe*

*ICBF
Comité Océanie*

*ICBF
Comité Asie*

*ICBF
Comité Amérique*

ICBF Organisation

COMITE DIRECTEUR

MEMBRES PERMANENTS

*DIRECTION
ADMINISTRATIVE*

*DIRECTION
ADMINISTRATIVE*

DELEGUE GENERAL

NATIONS MEMBRES

ICBF Afrique

NATIONS MEMBRES

ALGERIE

ETHIOPIE

MAROC

BENNIN

TUNISIE

EGYPTE

SENEGAL

MALI

GABON

MAURITANIE

COTE D'IVOIRE

*GUINE
CRONAKRIE*

CAP VERT

CAMEROUN

AFRIQUE DU SUD

ICBF Amerique

NATIONS MEMBRES

CHINE

TAIWAN

HONG KONG

CAMBODGE

VIETNAM

TAILAND

ICBF Europe

Les Différentes Disciplines de la Boxe Chinoise

La Boxe Chinoise EDUCATIVE

Composante judicieuse sous forme de jeux et d'éveil, en loisir et compétition. La boxe chinoise éducative est un atout et une étape importante pour l'évolution technique de l'enfants.

Gestion de l'espace, contrôle, distance, déplacements échange avec le partenaire acquisition des reflex ... Cette discipline est fortement appréciées par les enfants



La Boxe Chinoise TRADITIONNELLE

Plus technique que les autres boxe, elle favorise les techniques de main, saisies, projections, balayages et déplacement sous une forme traditionnelle.

Cette discipline est la composante la plus spectaculaire de la boxe chinoise.



La Boxe Chinoise TECHNIQUE

Similaire à d'autres disciplines à la touche comme le semi ou le first, la boxe chinoise technique est une étape indispensable à l'apprentissage de la boxe chinoise.

Maîtrise, adresse, précision, rapidité dynamisme et souplesse font partie des nombreux atouts que vous acquérez en pratiquant la boxe chinoise technique



La Boxe Chinoise CONTACT

Similaire à de nombreuses disciplines de contact, elle reste néanmoins spectaculaire par ses techniques de projections.



Boxe Chinoise EDUCATIVE

La Boxe Chinoise et les enfants

Peu d'enfants résistent au plaisir de découvrir un sport de combat. Discipline d'équilibre et complémentaire des activités de plein air il convient au tous petits et grands.



En raison de leur fragilité et de leur état d'évolution permanente, un enseignement adapté à leur morphologie et à leur âge est proposé. Il consiste en une initiation une préparation à la véritable pratique du sport Culture physique, exercices de musculation spécifiques assouplissements techniques de base jeux éducatifs étude d'enchaînements techniques codifiés.

La durée de l'entraînement est plus courte, l'atmosphère plus détendue, bien que le même cérémonial et la même discipline soient respectés.

La pratique raisonnée de la boxe chinoise favorise le développement harmonieux de tous les muscles et oriente l'enfant vers la maîtrise de son corps. Elle l'aide à acquérir la souplesse l'adresse, mais aussi à vaincre sa timidité et dans certains cas à reprendre confiance en soi.



Aucune violence dans leurs évolutions, mais la recherche constante de l'équilibre de la perfection du mouvement de la beauté et de l'efficacité de l'enchaînement avec un profond respect du partenaire.

Le système de gradation (enfant) est adapté à la motivation des jeunes pratiquants et autorise des sessions d'examens plus fréquentes.



Des l'âge de sept ans ils peuvent participer aux rencontres techniques régionales et nationales.

Les règles

Composante judicieuse sous forme de jeux et d'éveil en loisir et compétition. La Boxe Chinoise est un atout et une étape importante pour l'évolution technique d'un enfant: gestion de l'espace le contrôle, la distance, le déplacement, le touché,

L'échange avec un partenaire les réflexes, le jeu

Cette discipline est fortement appréciée par les enfants et commence à attirer de nombreux pratiquants sur l'hexagone



UNE TOUCHE A LA CUISE: 1 POINT



UNE TOUCHE SUR LES COTES: 3 POINTS



UNE TOUCHE AU CORPS: 2 POINTS



LA GARDE

TEMPS DE PA TRIQUE: 1' 30

SURFACE: TATAMIS

Echange à la touche légère et arrêt à chaque point marqué

1 er avertissement: MOINS 1 POINT

2 ème avertissement: MOINS 2 POINTS

3 ème avertissement : DISCALIFIQUA TION

a la 3 ème sortie: MOINS 1 POINT

Les Jeux

MINI PARCOURS SPORTIF THEME :LE DEPLACEMENT

DEPLACEMENT AUTOUR DU CERCEAU



DEPLACEMENT LATERAL



Règlement Internationaux

Echange à l'attrape Bande auto agrippant

Points Positifs

Attraper 5 fois la bande auto agrippante **1 POINT** par prise

Points Négatifs

3 Sorties du TATAMIS **-1 POINT**

Avertissement **-2 POINTS**

Au **3ème** Avertissement **DISQUALIFICATION**

- Les échanges se déroulent à la touche légère et contrôlée.
- Le comptage des points s'effectue à chaque touche marquée.
- En cas d'égalité: **1 ROUND SUPPLEMENTAIRE**
- En cas d'égalité après 1^{ère} minute supplémentaire **1^{ère} TOUCHE**

Equipements

Casque - Gant - Protège Dents

Temps d'échanges

Enfants : 1' 30 sur TATAMIS

Catégories

Enfants – Masculins – Féminins

6 – 7 ans 8 – 9 ans

10 – 11 ans 12 – 13 ans

Formalités administratives

Certificat médical d'aptitude à la compétition

Autorisation parentale

Licence

Pièce d'identité

Boxe Chinoise TRADITIONNELLE

Règlement Internationaux

Points Positifs

Technique de Poing au Corps **1 POINT** Technique de Pied au Corps **2 POINTS**
Technique de pied à la Tête **3 POINTS** Balayage Projection Saisie Ciseaux **4 POINTS**
Technique de Pied Saute Tête ou au Corps **4 POINTS** ... Techniques Acrobatiques **4 POINTS**
Saisie de jambe **3 SECONDES** Corps à Corps **10 SECONDES** de travail

Points Négatifs

3 Sorties du TATAMIS **-1 POINT**

Avertissement **-2 POINTS**

Au **3ème** Avertissement **DISQUALIFICATION**

- Les échanges se déroulent à la touche légère et contrôlée.
- Le comptage des points s'effectue à chaque touche marquée.
- En cas d'égalité: **1 ROUND SUPPLEMENTAIRE**
- En cas d'égalité après 1^{ère} minute supplémentaire **1^{ère} TOUCHE**

Equipements

Casque - Gant - Protège Dents

Temps d'échanges

Enfants : 1'30

Junior et Senior : 2'

TATAMIS

Catégories

Enfants – Junior – Séniors Masculins – Féminins

Formalités administratives

Certificat médical d'aptitude à la compétition

Autorisation parentale

Licence

Piece d'identité

La Boxe Chinoise TECHNIQUE

Le pratiquant de Boxe Chinoise

Casque, Protège Dents, gants, Plastron, Coquille, Protège Tibias, Protège Pieds font partis de l'équipement du boxeur afin d'éviter toutes blessures malencontreuses lors des entraînements et des compétitions.



CASQUE



PROTEGE DENTS



GANTS



COQUILLE



PLASTRON



PROTEGE PIED

Et

PROTEGE TIBIAS

Centre Technique Cadre de BOXE CHINOISE

SALLE DE BOXE



SALLE DE MUSCULATION



LE CENTRE MÉDICAL



SALLE DE COURS



SALLE DE TATAMIS



Règlement Internationaux

Points Positifs

Technique de Poing à la Tête et au Corps **1 POINT** .. Technique de Pied au Corps **2 POINTS**
Technique de pied à la Tête **3 POINTS** Balayage Projection Saisie Ciseaux **4 POINTS**
Technique de Pied Saute Tête ou au Corps **4 POINTS** ... Techniques Acrobatiques **4 POINTS**
Saisie de jambe **3 SECONDES** Corps a Corps **10 SECONDES** de travail

Points Négatifs

3 Sorties du TATAMIS **-1 POINT**

Avertissement **-2 POINTS**

Au **3ème** Avertissement **DISQUALIFICATION**

- Les échanges se déroulent à la touche légère et contrôlée.
- Le comptage des points s'effectue à chaque touche marquée.
- En cas d'égalité: **1 ROUND SUPPLEMENTAIRE**
- En cas d'égalité après 1^{ère} minute supplémentaire **1^{ère} TOUCHE**

Equipements

Casque - Gant - Protège Dents – Plastron – Coquille – Protège tibias et pieds

Temps d'échanges

Enfants : 1'30

Junior et Senior : 2'

TATAMIS

Catégories

Enfants – Junior – Séniors Masculins – Féminins

Formalités administratives

Certificat médical d'aptitude à la compétition

Autorisation parentale

Licence

Pièce d'identité

La Boxe Chinoise CONTACT

Règlement Internationaux

Points Positifs

Technique de Poing au Corps **1 POINT** Technique de Pied au Corps **2 POINTS**
Technique de pied à la Tête **3 POINTS** Balayage Projection Saisie Ciseaux **4 POINTS**
Technique de Pied Saute Tête ou au Corps **4 POINTS** ... Techniques Acrobatiques **4 POINTS**
Saisie de jambe **3 SECONDES** Corps à Corps **10 SECONDES** de travail

Points Négatifs

3 Sorties du TATAMIS **-1 POINT**

Avertissement **-2 POINTS**

Au **3ème** Avertissement **DISQUALIFICATION**

- Les échanges se déroulent à la touche légère et contrôlée.
- Le comptage des points s'effectue à chaque touche marquée.
- En cas d'égalité: **1 ROUND SUPPLEMENTAIRE**
- En cas d'égalité après 1^{ère} minute supplémentaire **1^{ère} TOUCHE**

Equipements

Casque - Gant - Protège Dents – Plastron – Coquille – Protège tibias et pieds

Temps d'échanges

Temps 3 X 2' Repos 1'

RING ou **TATAMIS**

Catégories

Junior – Séniors Masculins – Féminins

Formalités administratives

Certificat médical d'aptitude à la compétition

Autorisation parentale

Licence

Piece d'identité

La Boxe Chinoise et les Féminines



Le style de souplesse et de beauté adopté lors des entrainements vise avant tout l'harmonie du corps. La pratique de la boxe chinoise assure le développement harmonieux de tous les groupes musculaires, développe l'aisance gestuelle et motrice aiguisé les réflexes et constitue une excellente gymnastique du corps.



Les techniques défensives et offensives abordées dans un style de souplesse arment le pratiquant de réflexes pouvant être utiles en cas de danger



Les techniques de respiration et de relaxation enseignées procurent rapidement une sensation de détente et de bien-être.



La Compétition

Présentation

Composante spectaculaire, la compétition trouve également sa place en Boxe Chinoise. Cette épreuve constitue un excellent moyen de tester les réflexes et l'efficacité technique du pratiquant, de situer l'étendue de ses connaissances mais aussi de ses lacunes et de ses faiblesses.

La forme SPORTIVE adoptée en boxe chinoise c'est à dire la compétition autorise, une confrontation technique dans le respect des règles de sécurité.

Pour éviter tout esprit de CHAMPION, incompatible avec la philosophie des sports de Combats et exiger un haut niveau technique lors de ces manifestations, Plusieurs règles conditionnent la participation a une compétition.

Extrais du règlement de compétition de boxe chinoise

Aire de Combat

TATAMIS ou RING

Tenue des combattants

Les combattants doivent se présenter vêtus d'une tenue réglementaire : pantalon long, tee-shirt au couleur de leur club, ceinture rigide.

Les tenues doivent être propres, non déchires ou décousues, le combattant ne devant pas porter d'objets métalliques.

L'arbitre refusera toute tenue qu'il jugera non adaptée à la sécurité ou à l'éthique de la compétition.

Protections

- Gants de Boxe Chinoise - Protection de pieds - Casque - Protège dents
- Protéges tibias non renforcés de matière dure - Coquille de protection portée sous le pantalon.
- Protection de poitrine pour les féminines - Plastron, suivant les compétitions.
- L'usage de bandes adhésives sur les protections est interdit.

Formules d'Arbitrage

Le combat de - Boxe Chinoise est jugé aux points, le vainqueur étant le combattant ayant marqué le plus de points pendant le temps réglementaire.

Technique Autorisées

Sont autorisées : toutes les techniques de pieds, toutes les techniques de poings portées avec le dessus du gant.

Ces techniques doivent être exécutées au dessus de la ceinture.

Sont également autorisés : les fauchages, les balayages portés dans les zones autorisées.

Attaque jugées valable

Une attaque est jugée valable quand :

- Elle est portée sur une zone autorisée
- Elle est délivrée correctement sur le plan technique
- Elle couvre la bonne distance
- Elle est dynamique; c'est-à-dire qu'elle est à la fois forte, décisive, rapide et précise.

Catégories de Poids

Pour les Femmes

- moins de 50 kgs
- moins de 55 kgs
- moins de 60 kgs
- plus de 60 kgs

Pour les Hommes : MINIMES - CADETS - JUNIORS - SENIORS

- moins de 50 kgs
- moins de 55 kgs
- moins de 60 kgs
- moins de 65 kgs
- moins de 70 kgs
- moins de 75 kgs
- moins de 80 kgs
- moins de 85 kgs
- plus de 85 kgs

Pour les Enfants

- moins de 20 kgs
- moins de 25 kgs
- moins de 30 kgs
- moins de 35 kgs
- moins de 40 kgs
- moins de 45 kgs
- moins de 50 kgs
- plus de 50 kgs

Coups Interdits

- Coups aux parties
- Coups de genoux à la tête
- Coups de genoux répétés (maximum 2)
- Coups de coude
- Coups de tête
- Coups aux articulations
- Coups à la nuque
- Coups au dos
- Coups de pied, quel qu'il soit, dans le triangle du visage (direct, chasse ou circulaire; exemple le coup de pied dans le nez est interdit)
- Frapper le partenaire au sol
-
- Techniques portées avec l'intérieur du gant
- Accrochage systématique
- Attaque en dehors des limites
- Faire sortir son adversaire avec force du tapis en le poussant ou en le bousculant
- Crier sans raison
- Avoir des gestes grossiers
- Saisie avec pression
- Non arrêt du combat au stop de l'arbitre
- Enlever volontairement son protège dents
- Délier ou renouer sa ceinture sans autorisation de l'arbitre (si le geste est volontaire et déterminé: il entraîne la disqualification).

Coupe de la Jeunesse

Tunisie El Manza 21/ 22 Mars 2004



Pole Elite Senior Boxe Chinoise



Les Titres

1993 Los Angeles U.S.A



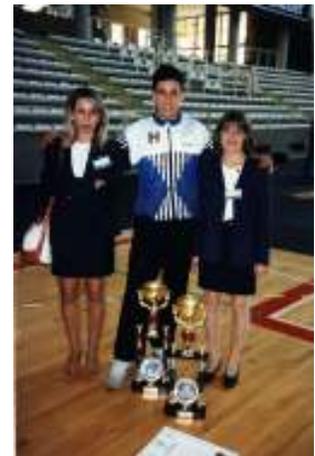
Mr Michel BEROSE Médaille d'or combat

1995 Cordoba Espagne



*Mr Sédina BALDE
Médaille d'or combat*

*Mr Moulaud
KEMACHE Médaille
d'or combat*



1997 Mendoza ARGENTINE

*Mr Dami MOUNIR Médaille d'or combat Mr Driss Yahya
Médaille d'or combat*



*Mr Karim T AGBALOUT Médaille d'or combat Mr Cyril
RAAELLI Médaille d'or Mr Yoni Roch Médaille d'or*



1999 Bucarest HONGRIE

*Mr Mouaze KONATE Médaille d'or combat Mr Frederic
M'BOCK UN Médaille d'or combat Mr Cyril DIABATE
Médaille d'or'combat*



Les Compétitions



- *Ile de France*
- *Paris*
- *Val de marne*
- *Haute seine*
- *Essonne*
- *Seine saint Denis*



- *Rhône Alpes*
- *Nord*
- *Normandie*



- *Alsace*
- *Languedoc*
- *Paca*



- *Franche comté*
- *Championnat National*

- *Coupe de France*
- *Coupe d'Europe*
- *Coupe du Monde*
- *Internationaux*



Tunisie - Maroc - Sénégal - Madagascar - Paris

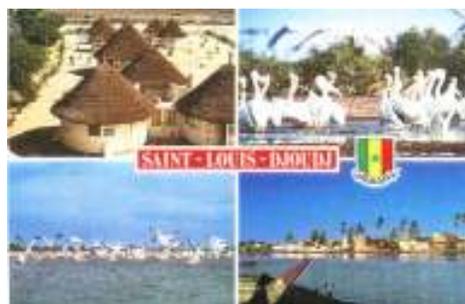


L'International

Les Séjours Sportifs



| <i>Dates</i> | <i>Séjours</i> | <i>Lieux</i> |
|---------------------|---|--|
| <i>NOV 2005</i> | <i>Séjours Sport</i> | <i>ST Martin</i> <i>En Bière 77</i> |
| <i>MARS 2006</i> | <i>Séjours Sport +</i> <i>Compétition</i> | <i>TUNISIE</i> <i>La Marsa</i> |
| <i>AVRIL 2006</i> | <i>Séjours Sport</i> | <i>Souppes /S</i> <i>Loing 77</i> |
| <i>MAI 2006</i> | <i>Séjours Sport En</i> <i>Compétition</i> | <i>DAKAR</i> <i>Sénégal</i> |
| <i>JUILLET 2006</i> | <i>Séjours Sport</i> | <i>GRECE</i> <i>Patras</i> |



Les Stages Internationnaux

Sport Solidarités DAKAR 2003



Informations Complémentaires

Les Formations

A.F .PS : Protection civile

MONITEUR FEDERAL: F.T.C.C.G

ATTESTATION TECHNIQUE: F.T.C.C.G

MEMBRE JURY : F.T.C.C.G

DIRIGEANT SPORTIF: C.D.O.S

CADRE TECHNIQUE: C.F.B.C

FORMATION SPORT: C.G

B.A.F.A : PIONNIER DE FRANCE

B.A.F.A.D : PIONNIER DE FRANCE

B.E.T.E.P.S : D.R.D.J.S

La Liste des Clubs

PARIS ILES DE France

Créteil - Paris 12^e - Vanves - Valenton – Vitry S/S - Orgeval 77

Paris 20^e - Vigneux - Pierrefite

HAUTE NORMANDIE

Rouen - Le Havre

BASSE NORMANDIE

La chapelle montligeon

FRANCHE CONTE

Morteau - Divonne les bains - Pontarlier

RHONE ALPES

St Etienne - St Chamond

COTE D'AZURE

Grasse

BOUCHE DE RHONE

Montpellier - Tarascon - Baucaire

NORD PAS DE CALAIS

Lille

CENTRE

Tours - Ballan mire

Les Calendriers

Administratifs

2005- 2006

| | | |
|---|--|---------------|
| Réunion des membres du Bureau Permanent | | Paris |
| 11 - 12 Novembre 2005 | Formation des instructeurs ICBF | Dakar |
| 13 Novembre 2005 | Formation des Arbitres ICBF | Dakar |
| 18 Décembre 2005 | Assemblée Générale | Paris |
| 21 - 22 Janvier 2006 | Formation de Conseillers Technique Internationaux | Suisse |
| 4 - 6 Février 2006 | Formation d'arbitres Internationaux | Dakar Sénégal |
| 25 - 26 Mars 2006 | Formation de Conseillers, d'Arbitres et d'Instructeurs | Tunis |

JANVIER

| | |
|--------------------------------|--------------|
| 14 / 15 -- Formation Moniteurs | Vanves |
| 21 / 22 -- Formation Arbitre | Le Havre |
| 21 -- Formation Moniteur | Le Havre |
| 22 -- Coupe Normandie | Querqueville |

FEVRIER

| | |
|---|-----------------|
| 04-19 -- Séjours sport solidarité Sénégal | Dakar |
| 25/26 -- Formation Arbitre | Paris 12e |
| 25/26 -- Stage pôle Elite IDF | Vanves |
| 26 -- Coupe I.D.F | Vitry Sur Seine |

MARS

| | |
|-------------------------------------|-------------|
| 04 / 05 -- Formation Arbitre | Montpellier |
| 04 / 05 -- Stage pôle Elite Sud | Montpellier |
| 05 -- Coupe Régionale Sud | Montpellier |
| 11 / 12 -- Formation Moniteurs | Vanves |
| 19 -- Coupe de France Plein Contact | Créteil |

AVRIL

| | |
|--|----------------|
| 02 -- Coupe de France Boxe Chinoise Traditionnelle | Vanves |
| 02 -- Evaluation Arbitre | Vanves |
| 29/30 -- Rassemblement Pôle Elite National | Vitry Paris |

MAI

Rencontre France/Grece Ceinture Mondiale IBCF

Pierrefitte

20 / 21 -- Formation Moniteurs

Creteil

JUIN

Coupe du Val de Marne

Valenton

Jeux du Val de Marne

Choisy

17 -- Passage Attestation Technique

Paris

18 – Examen Moniteurs

Paris

Boxe Chinoise

Secrétariat

86, Avenue Paul Vaillant Couturier

94400 Vitry Sur Seine

email :

BoxeChinoise94@yahoo.fr

boxe.chinoise@free.fr

tel :

06 20 98 40 77