

Commission Nationale des Arts Martiaux FNSMR

FICHE RS.AMP 5

(Règlement Spécifique Arts Martiaux Philippins)

**Examen pour l'obtention du Certificat de Compétence Technique de
Niveau Noir 5ème Degré**

RSAMP5.1 - Exercices de défense contre trois opposants :

Exercice 1.

Postulant à mains nues.

Opposant **A**, une attaque à mains nues

Opposant **B**, une attaque au bâton simple

Opposant **C**, une attaque au couteau

Exercice 2.

Postulant armé d'un bâton simple.

Opposant **A**, une attaque à mains nues

Opposant **B**, une attaque au bâton simple

Opposant **C**, une attaque au couteau

Exercice 3.

Postulant armé d'un couteau.

Opposant **A**, une attaque à mains nues

Opposant **B**, une attaque au bâton simple

Opposant **C**, une attaque au couteau

L'opposant :

- Chaque attaque ne se fait que sur **1** seul angle imprévu.
- Chaque opposant doit attendre que l'action précédente soit terminée avant d'engager son action.
- Chaque opposant portera une attaque à la fois, à tour de rôle et successivement deux fois.

Le défendant doit :

- 1 – Bloquer, parer ou esquiver l'attaque et éventuellement désarmer.
- 2 - Enchaîner plusieurs frappes avec un contrôle de la main (ou du bras) de l'opposant.
- 3 - Se déplacer suffisamment pour être à une distance protectrice.
- 4 - Etre prêt pour l'attaque d'un nouvel opposant.

Exercice non chronométré.

Dans cet exercice le jury sera particulièrement vigilant sur les aspects suivants :

- Puissance et Vitesse
- Maîtrise et variété technique
- Détermination
- Contrôle
- Attitude générale

Noté sur 20.

RSAMP5.2 - Connaissances générales :

- a - Historique et références des **AMP**.
- b - Que représentent les « **Orasciones** » dans les Arts Martiaux Philippins ?
- c - Explication du Salut.
- d - Particularité du style et de l'école qui présente l'examen au **5ème** degré.

Cette dernière épreuve a pour but de connaître le degré de connaissances culturelles dans les **AMP**, du postulant au grade du **5^e** degré.

Noté sur 20 (4 x 5 points)

- Pour l'obtention de l'examen, le candidat doit obtenir **25** points sur **40**
- Les bâtons utilisés pour l'évaluation des candidats seront en rotin.
- Les couteaux seront factices en aluminium.