

# Règlements NASKA

For rules in English: <http://naska.com/naska-rules-2/>

La NASKA regroupe les compétitions de katas et de katas armés en quatre catégories : (1) « Traditionnel », (2) « Créatif », (3) « Extrême » et (4) « Musical ».

## Kata traditionnel / Kata armé traditionnel

- Ces katas doivent démontrer l'essence des mouvements classiques en arts martiaux, montrant les techniques, la position, le travail des pieds et les armes traditionnelles. L'accent est mis sur l'exécution de la technique, l'application de la technique, l'équilibre, la vitesse, la puissance, les positions solides et la concentration. Les katas peuvent être modifiés ou non à partir de ce qu'un système ou une école considère être la version originale du kata.
- **Effectuer les gestes suivants résultera en une perte de points pour le kata :**  
plus de deux coups de pied de la même jambe sans déposer le pied au sol entre les deux, un saut périlleux avant ou arrière, la roue, un grand écart latéral ou facial, le relâchement de l'arme autrement que pour un simple changement de main ou tout autre mouvement de gymnastique ou démonstration extrême de flexibilité ou d'agilité du corps ou de l'arme qui, de l'opinion des juges, ne convient pas à la division par rapport aux directives générales énoncées dans les présentes. Cependant, si les juges sont unanimes, le compétiteur ne recevra aucun pointage.

*Commentaire : Il y a eu beaucoup de discussions parmi les compétiteurs notoires quant à savoir si un kata ou une série de mouvements sont hors limites pour la division « Traditionnel ». Puisque les tournois de la NASKA sont ouverts à tous les styles et à toutes les écoles (dans le pays et dans le monde) et que les juges pratiquent ces différents styles, chaque compétiteur doit prendre sa propre décision concernant l'inclusion de mouvements qui risqueraient ne pas convenir à la division « Traditionnel ».*

## Kata créatifs et kata armés créatifs

- La division « Créatif » permet d'inclure dans les katas des techniques modernes d'arts martiaux qui ont évoluées au cours des 30 dernières années. Ces techniques peuvent être ajoutées à un kata traditionnel ou le kata peut être entièrement conçu par le compétiteur. La division « Créatif » était auparavant connue sous le nom de « Ouvert ».

Un kata dans la division « Créatif » doit **UNIQUEMENT** inclure des techniques provenant des arts martiaux et, comme la division « Traditionnel », l'accent portera sur l'exécution des techniques, l'application des techniques, l'équilibre, la vitesse, la puissance, les positions solides, et la concentration. Les coups de pied circulaires, les coups de pied circulaires sautés, les coups de pieds volants, les coups de pied multiples, les grands écarts, les rotations d'armes, le lancer des armes, et autres techniques *créatives* d'art martiaux sont permises.

- **Effectuer les gestes suivants résultera en une perte de points pour le kata :**

Les mouvements impliquant une rotation de plus de 360 degrés, une inversion du corps sous l'horizontale ou tout autre mouvement similaire à ce que l'on retrouve en gymnastique et/ou dans des disciplines autres que les arts martiaux, ou des katas qui répondent à la définition ci-dessus des katas strictement traditionnels. Cependant, si les juges sont unanimes, le compétiteur ne recevra « aucun pointage » pour un kata qui ne convient pas à la division.

*Commentaire : La division « Créatif » vise les compétiteurs qui ne désirent pas compétitionner en utilisant un kata strictement traditionnel et/ou qui ne désirent pas compétitionner contre des participants qui exécutent des mouvements extrêmes de type gymnastique.*

*La NASKA a donc créé une division « Extrême », détaillée plus bas, séparée et distincte de la division « Créatif », permettant ainsi à la division « Créatif » de ne comprendre que les katas comportant des mouvements provenant des systèmes d'arts martiaux plus classiques. Note concernant les divisions Kata armé « Créatif » : il est important de souligner que tout mouvement d'arme particulier ne DOIT PAS être un facteur pour déterminer si le kata armé représente un kata « Créatif » ou « Extrême ». Le facteur déterminant doit être les mouvements spécifiques du corps tels que définis dans les divisions « Extrême ». Ainsi, un compétiteur en kata armé « Créatif » a le droit d'effectuer tout mouvement d'arme (p. ex. rotations, lancers des armes, pirouettes, etc.) mais ne*

*peut effectuer des mouvements de corps « Extrême » (c.-à-d. des sauts périlleux, des rotations de 540 degrés et plus ou tout mouvement inversé du corps, etc.)*

## **Kata extrêmes et kata armés extrême**

- Les divisions « Extrême » permettent au compétiteur d'effectuer des mouvements qui proviennent ou non des arts martiaux traditionnels ou contemporains.
  - 1- Au moins la moitié du kata doit provenir de techniques d'arts martiaux.
  - 2- Le compétiteur doit exécuter au moins une technique qui implique un mouvement inversé ou une rotation de plus de 360 degrés.
  - 3- L'évaluation portera sur la qualité d'exécution des techniques et des mouvements, l'habileté en arts martiaux, l'équilibre, la vitesse, la puissance, le niveau de difficulté et le sens du spectacle. De plus, seuls sont permis les mouvements d'arts martiaux qui représentent une intention offensive ou défensive claire ou des mouvements inclus pour illustrer une flexibilité ou une agilité extrême.

### **Effectuer les gestes suivants résultera en une perte de points pour le kata :**

L'inclusion d'autres mouvements ou la réalisation d'un kata ou d'un kata armé rencontrant les critères de katas « Traditionnel » ou « Créatif ». Cependant, si les juges sont unanimes, le compétiteur ne recevra « aucun pointage » pour un kata qui ne convient pas à la division.

*Commentaire : Puisque les arts martiaux évoluent de « Traditionnel » à « Créatif » et de « Créatif » à « Extrême », cette catégorie permet l'intégration de techniques et de mouvements provenant de tous les styles d'arts martiaux, de gymnastique, d'acrobatie, de danse et de disciplines athlétiques. Si un compétiteur désire participer dans une division avec des mouvements qui ne sont pas permis dans les divisions « Traditionnel » et « Créatif » mais qui rencontrent les présentes lignes directrices, le compétiteur devrait compétitionner dans la division « Extrême ».*

## Katas musicaux et katas armés musicaux

- La chorégraphie musicale est jugée comme suit :
  - 1- Les mouvements du kata doivent être accentués et effectués en conjonction avec des rythmes, des notes ou des mots dans la musique. Effectuer un kata en suivant simplement le rythme ou la cadence d'une chanson n'est pas suffisant
  - 2- Si des effets sonores sont ajoutés à la musique, le kata ne devrait pas uniquement être chorégraphié en fonction de ces effets sonores
  - 3- La musique et les effets sonores harmonisés devraient établir le ton général de chaque prestation
  - 4- Règle générale, toute la musique et tous les effets sonores utilisés doivent compléter le kata. Le kata et la musique devraient être jugés ensemble et considérés comme une prestation globale et pas simplement comme un kata accompagné d'une musique d'ambiance.

*Commentaire : Si un compétiteur choisit d'utiliser de la musique dans une division de Grand Championnat pour un kata qui ne demande pas de musique, alors la « Règle musicale » de la division ne s'applique pas. Commentaire : Si un compétiteur reçoit une décision « aucun pointage » des juges parce que ceux-ci estimaient que le kata du compétiteur n'était pas approprié pour la division, le compétiteur n'a pas la permission de présenter de nouveau son kata ou son kata armé dans cette division. Le compétiteur est responsable de lire et de comprendre, avant le début des compétitions, les règles de la division dans laquelle il participe.*

## Équipe de synchronisation / Équipe de démonstration

Les accessoires qui sont considérés comme étant dangereux ou nocifs pour les gens et/ou pour la surface de compétition ne sont pas permis. Chaque équipe est responsable du nettoyage de la surface de compétition.

### **Équipe Synchronisation :**

1. L'équipe est de deux à cinq membres ;
2. Le temps limite de la prestation est de quatre minutes. Le chronomètre débute lorsque le premier participant entre dans la zone de compétition et s'arrête lorsque l'équipe termine selon l'avis du juge du centre ;
3. Les formes à mains nues, avec armes et une combinaison des deux sont acceptés ;
4. Toutes les compétences techniques en arts martiaux sont jugés : présentation, difficulté et l'exécution ;
5. Les équipes doivent fonctionner et coopérer ensemble dans un effort commun ;
6. Synchronisé, par définition, signifie : travailler en même temps / aller ensemble ou se produire en même temps / travailler à l'unisson / utiliser les techniques dans un effet domino.

7. Les équipes de synchronisation sont évaluées sur leur travail d'équipe, sur leurs efforts coopératifs et sur les techniques d'exécutions à l'unisson ou en effet domino.

### **Équipe démonstration:**

1. 2 – 10 Membres par équipe
2. Le temps limite de la prestation est de quatre minutes. Le chronomètre débute lorsque le premier participant entre dans la zone de compétition et s'arrête lorsque l'équipe termine selon l'avis du juge du centre
3. Toutes les compétences techniques en arts martiaux sont jugés : présentation, difficulté et l'exécution ;
4. Il y a plus de liberté dans l'équipe de démonstration, la synchronisation n'est pas obligatoire.

- **Grands Championnats et Grands Championnats toutes catégories**

Tous les compétiteurs participant à un Grand Championnat et/ou à un Grand Championnat toutes catégories doivent réaliser le style de kata ou de kata armé avec lequel il a gagné dans sa division (p. ex. : un gagnant dans une catégorie de kata « Créatif » ne peut compétitionner en réalisant un kata « Extrême » lors des Grands Championnats). Si un compétiteur gagne dans plus d'une division, il peut choisir le style de kata ou de kata armé qu'il présentera lors du Grand Championnat ou du Grand Championnat toutes catégories (p. ex. : Un compétiteur qui gagne dans les catégories de kata « Créatif » et « Extrême » a le choix de présenter son kata « Créatif » **ou** son kata « Extrême » lors du Grand Championnat ou du Grand Championnat toutes catégories).

- **Tous les compétiteurs** ont le choix d'exécuter leur kata sur de la musique lors des Grands Championnats. Toutefois, les juges ne doivent pas enlever des points à un compétiteur qui choisit de ne pas utiliser de musique ni donner des points supplémentaires à un compétiteur qui en utilise. Si un compétiteur choisit d'utiliser de la musique lors des éliminatoires des Grands Championnats, il n'est pas obligé de respecter la « Règle musicale » sauf s'il représente la division « Musical » dans les Grands Championnats.