



19 Centre Commercial, Roxboro, Montreal, P.Q, Canada H8Y 2N9
514-684-9584 Fax 514-684-8291 sergio@taichimontreal.com www.taichimontreal.com



DONNEZ LE MEILLEUR DE VOUS-MÊME BRING OUT THE BEST IN YOU

15 mai 2010

Protocole et lignes directrices du Tournoi de Tai Chi du style traditionnel de la famille Yang

Apparence

- Les participants doivent porter un uniforme de tai chi traditionnel ou contemporain (entièrement boutonné ou attaché). Sinon, un pantalon noir et un tee-shirt de l'école ou de l'Association seront acceptés. Le port de chaussures de taijiquan ou de sports est requis.
- Aucun bijou ne peut être porté.
- Le port de lunettes de soleil est interdit.

Salutation aux juges et entrée dans l'arène

- Les participants doivent être dans l'aire d'attente et prêts à exécuter leur forme au moins 15 minutes avant l'heure assignée de leur performance.
- À l'invitation de l'huissier d'entrer, vous ou votre groupe devez vous placer aux limites de l'arène et saluer les juges.
- Pour le salut, joignez les pieds (ils ne doivent pas être séparés).
- Saluez en dressant en un mouvement circulaire les deux avant-bras à la hauteur de la poitrine et appuyant la paume de la main gauche contre le poing droit, pouce droit posé sur l'index, puis en maintenant le contact des mains, poussez la paume des mains légèrement vers l'avant.
- Saluez de façon dynamique en vous tenant bien droit et avec assurance.
- Maintenez le salut jusqu'à ce que le juge en chef vous salue à son tour et vous invite à entrer.
- Rendez-vous directement à votre point de départ et attendez (pieds joints) le signal pour commencer.
- Ne saluez pas les juges individuels.
- Dès votre entrée, vous ne devez pas parler.

Exigences de la forme

- La séquence exécutée peut comprendre toute combinaison de mouvements qui respectent les grands principes du Tai Chi.
- La position de départ et de fermeture doit faire face à la table des juges.
- Le juge en chef vous indiquera le signal pour commencer (p. ex. « Commencez SVP »).
- Exécutez votre routine. Durée : entre 2 et 3 minutes pour la forme à mains nues (individuelle ou en groupe), et 5 minutes pour la forme de l'épée.
- Mouvements requis pour la forme à mains nues (épreuve individuelle ou en groupe) :
 - Niveau novice : Premier chapitre de la longue forme (103)
 - Adeptes expérimentés :
 - Lan Que Wei (Saisir la queue de l'oiseau)
 - Yun Shou (Mains comme des nuages)
 - Jin Ji Du Li (Le coq d'or se dresse sur une jambe)
 - Dao Nian Hou (Reculer et repousser le singe)
 - Zhuan shen bai lian (Tourner et balayer le lotus).
- Exigences pour la forme de l'épée : les mouvements de la forme de l'épée traditionnelle de la famille Yang.
- Points déduits pour tout écart de la limite de temps permise.
Si votre performance est interrompue pour des raisons hors de votre contrôle, vous pourrez la reprendre sans pénalité.

Une fois la forme terminée

- Lorsque vous avez terminé votre séquence, ne saluez pas et ne quittez pas l'arène. Regardez le juge en chef jusqu'à ce qu'il vous regarde.
- Attendez que le juge en chef vous indique (vous ou votre groupe) de quitter l'arène.
- À ce signal, tournez le corps sur l'avant-pied d'un côté et le talon de l'autre pied.
- Aux limites de l'arène, faites face aux juges, joignez les pieds et saluez le juge en chef. Tenez le salut jusqu'à ce que le juge en chef retourne le salut, puis quittez l'arène.
- Si vous ne terminez pas votre séquence, aucun pointage n'est attribué. Dans ce cas, ne quittez pas l'arène, mais retournez plutôt à votre point de départ et attendez que votre groupe ait terminé (le cas échéant). Puis suivez la procédure pour quitter l'arène décrite ci-dessus.

Catégories de compétition

- Épreuve individuelle : Forme à mains nues (novices, moins de 3 ans n'ayant pas terminé la forme)
Forme à mains nues (adeptes ayant 3 années ou plus d'expérience)
Épée
- Épreuves en groupe : Forme à mains nues (2 personnes ou plus).

Attribution de prix

- 1^{re} place – Médaille d'or et certificat
- 2^e place – Médaille d'argent et certificat
- 3^e place - Médaille de bronze et certificat

Tous les participants recevront un pointage en fonction de leur performance :

- Entre 9.00 et 10.00 points : médaille d'or
- Entre 8.50 et 8.99 points : médaille d'argent
- Entre 8.00 et 8.49 points : médaille de bronze

Tous les participants recevront un certificat de participation.

Inscription, exigences et frais

- La date limite d'inscription est le 16 avril 2010. Aucun remboursement ne sera accordé.
- Frais de tournoi : les frais s'élèvent à 25 \$ par personne (y compris l'épreuve en groupe).
- Nous tiendrons une séance d'information destinée aux participants potentiels le 26 mars 2010, de 20h00 à 21h00. Nous vous prions d'être ponctuel.
- Nous tiendrons des cours de préparation : le 23 avril, de 20h00 à 21h00, et
le 8 mai, de 11h00 à 12h00 (midi).

- Lieu de l'inscription et personne-ressource :

Adresse : 19, Rue Centre Commercial
Roxboro, Qc
H8Y 2N9

Personne-ressource : Éric Ziegler
Courriel : eric@taichimontreal.com