

**Fédération Française
de Kick Boxing Muay Thai et Disciplines
Associées (FFKMDA)**

**RÈGLEMENT OFFICIEL
CONTACT DÉFENSE**



COMMISSION NATIONALE DU CONTACT DÉFENSE

Intitulé	Date réalisation	Modification	Rédacteur	CNCD
R.O Contact défense	21/11/2018	7/06/2022	HALOPEAU	FFKMDA

COMMISSION NATIONALE CONTACT DÉFENSE FFKMDA

Intitulé	Date réalisation	Modification	Rédacteur	CNCD
R.O Contact défense	21/11/2018	7/06/2022	HALOPEAU	FFKMDA

SOMMAIRE

TITRE I : PRÉSENTATION DU CONTACT DÉFENSE

- Article 1 – Définition du contact défense
- Article 2 – Présentation de la discipline
- Article 3 – Conception du contact défense
- Article 4 – Les enjeux de la formation
- Article 5 – Le programme du contact défense
- Article 6 - Le responsable national technique du contact défense
- Article 7 – Articulation et fonctionnement de la commission du contact défense
- Article 8 – La progression technique initiale
- Article 9 – La progression technique complémentaire
- Article 10 – Délivrance des grades techniques complémentaires
- Article 11 – Qualification de l’encadrement contact défense
- Article 12 – Les pré-requis techniques
- Article 13 – Dispense d’équivalence
- Article 14 – Oppositions contact défense « avec ou sans arme »

CHAPITRE II - RESPECT DES RÈGLES D’HYGIÈNE, DE SÉCURITÉ

- Article 15 – La classification des zones à risques variables
- Article 16 – L’utilisation d’armes d’instruction
- Article 17 – Armes autorisées lors des entraînements, passages de grades, compétitions et démonstrations
- Article 18 – Le transport d’armes
- Article 19 – Les matériels de protection

CHAPITRE III - OBLIGATIONS DES PRATIQUANTS

- Article 20 – Code et esprit sportif
- Article 21 - Tenue vestimentaire
- Article 22 – Dispositions du règlement

CHAPITRE IV - LES ANNEXES

- Annexe 1 – Organigramme 2022 / 2023 du contact défense
- Annexe 2 – Cahier technique du contact défense
- Annexe 2.1 - Grades initiaux du contact défense
- Annexe 2.2 - Grades complémentaires du contact défense
- Annexe 2.3 – Graphique diplôme du contact défense
- Annexe 3 – Compétition assaut mixte – assaut bâton court
- Annexe 4 – Attestation pour les mineurs

Intitulé	Date réalisation	Modification	Rédacteur	CNCD
R.O Contact défense	21/11/2018	7/06/2022	HALOPEAU	FFKMDA

PRÉAMBULE

La discipline contact défense est laïque et indépendante de toute emprise politique, économique, religieuse ou idéologique.

Elle tend au respect des textes législatifs et règlementaires qui régissent le sport amateur en France dans le respect de la diversité des opinions. Le fair-play et l'esprit sportif sont les principes fondateurs de la discipline contact défense.

La conception contemporaine du contact défense permet des liens d'association avec les méthodes de self-défense suivantes : **LA STRATÉGIE ET MAÎTRISE DE L'ADVERSAIRES (SMA), LE KRAV-MAGA, LE PENCHAK-SILAT, LE CLOSE COMBAT ET LES DISCIPLINES ASSOCIÉES SE PROCLAMANT PRATIQUER LE SELF-DÉFENSE.**

Article 1 – Définition du CONTACT DÉFENSE

Développé et perfectionné en tant que discipline sportive, martiale et professionnelle, le contact défense permet une préparation psychique et physico-technique du pratiquant.

Le contact défense trouve son fondement dans la **légalité** : circonspection des notions de droit commun, **la sécurité** : précaution de règles sécuritaires, **l'éthique** : respect de nos valeurs républicaines et **sportive** : bien être et santé.

Article 2 – Présentation de la discipline

Le contact défense est reconnu comme une discipline sportive, martiale et professionnelle qui possède un enseignement structuré par des niveaux compétences (grades) : **de découverte, de maîtrise et d'expertise.**

Cette gradation de compétences permet à l'apprenant de détenir des outils techniques **efficaces et fonctionnels** dans le cadre d'une situation de danger au regard des notions de droit commun.

Polyvalent, le contact défense contient un enseignement à base de percussions, de préhensions, de projections, d'immobilisations sol, et se particularise en outre par l'utilisation d'armes défensives dont les caractéristiques sont déterminées « art 16 du R.O ».

Il fait aussi une large place au développement de l'optimisation du potentiel émotionnel en situation de stress.

Intitulé	Date réalisation	Modification	Rédacteur	CNCD
R.O Contact défense	21/11/2018	7/06/2022	HALOPEAU	FFKMDA

Pratique sportive et martiale : le contact défense est pratiqué à l'entraînement.

Les licenciés de la discipline peuvent participer aux compétitions et activités organisées par la FFKMDA ou ses organismes déconcentrés.

Les techniques de percussions et de préhensions utilisées sont en partie similaires à celles des disciplines de combat du Muaythaï et du Pancrace pratiquées au sein de la FFKMDA. (Voir annexe 1 cahier technique).

Pratique professionnelle : Le contact défense donne les outils indispensables à la préparation physico-mentale et technico-tactique du professionnel de la sécurité dans le cadre de son optimisation en situation d'intervention.

De part son concept, il permet une évolution dans la formation professionnelle. Les contenus de formation initiaux du contact défense ont permis de structurer les formations professionnelles dispensées dans les institutions suivantes « *Armée terre (T.I.O.R), Gendarmerie Nationale (IP), Armée de l'Air (TAD), certaines unités de police des transports (GTPI)* » et *sécurité privée*.

Article 3 – Conception du contact défense

En choisissant le contact défense, le pratiquant entre dans un statut d'adepte capable de maîtriser une situation de conflit qui se dégrade en intensité. Sa diversité donne au pratiquant **un savoir, un savoir-faire, un savoir être et un faire savoir**, mesurable dans la progressivité de ses contenus de formation.

Cette relation proprioceptive s'établit autour d'une action motrice de découverte ayant pour contraintes :

- la prise d'information ;
- la prise en compte d'un environnement ;
- la prise de décision ;
- la réalisation d'une technique fonctionnelle graduée ;
- le respect de la citoyenneté dans le cadre d'une défense légitime.

Les enfants et les adolescents s'approprient cette relation par une prise de conscience éducative et citoyenne selon les cinq aspects suivants :

1. Le respect : enseignement des règles du vivre ensemble ;
2. L'éveil : prise de conscience cognitive du bien et du mal ;
3. La motricité : élaboration d'une réponse motrice fonctionnelle individualisée ;
4. L'opposition : vocation à canaliser la violence, l'agressivité, afin de la transformer en combativité induite ;
5. Assistance : Porter assistance au profil d'une personne en présence d'un péril de secours et ou d'agression.

Intitulé	Date réalisation	Modification	Rédacteur	CNCD
R.O Contact défense	21/11/2018	7/06/2022	HALOPEAU	FFKMDA

Article 4 - Les enjeux de formation

La pluralité technique du contact défense qui se veut être offensif et/ou défensif repose sur les trois plans suivants :

➤ **Sur le plan, bio-informel et proprioceptive**

- précision, en apprenant à distinguer, les zones de touche ;
- vitesse d'exécution et contrôle des percussions selon le type de résistance offerte ;
- souplesse, coordination et progressivité technico-tactique allant de la simplicité à la complexification;
- stabilité émotionnelle par la maîtrise du socle de la discipline « légalité et sûreté » ;
- évaluation de l'espace, zones/distances et adversaire(s) et élaboration d'une stratégie de combat ;
- prise de décision, obligeant à un choix entre se protéger ou s'exposer suivant le mode d'action offensif ou/et défensif.

➤ **Sur le plan émotionnel**

- confiance en soi, en l'autre (partenaire de travail) ;
- maîtrise de soi, de son émotion, vis à vis d'un partenaire devenu offensif ;
- maintien d'une pression permanente, en subissant le moins possible la pression adverse ;
- gestion des différences, liées à la morphologie, au poids et à la mixité ;
- assumer les erreurs du partenaire (coups mal donnés, ou portés trop fort) ;
- concentration à la fois sur des actions motrices et sur un projet tactique (être efficace).

➤ **Sur le plan culturel**

- accès à une pratique par la connaissance d'un code et d'un règlement intérieur, qui permet de respecter l'adversaire ;
- connaître et respecter les règles de droit commun « le vivre ensemble » ;
- entrée dans différents rôles : éducateur/pratiquant/citoyen ;
- engranger les valeurs citoyennes : porter des gestes de secours, etc.

Article 5 – Le programme du contact défense

La demande éducative est à mettre en concordance avec le profil du pratiquant, qui présente des prédispositions du type :

- amateur de sports individuels ;
- adepte des sports de confrontation et besoin de se dépenser ;
- recherche d'une méthode sécurisante public féminin et adolescent (self défense) ;

Intitulé	Date réalisation	Modification	Rédacteur	CNCD
R.O Contact défense	21/11/2018	7/06/2022	HALOPEAU	FFKMDA

COMMISSION NATIONALE CONTACT DÉFENSE FFKMDA

- personne à mobilité réduite (PMR) et autres handicaps ;
- recherche d'une méthode structurée reposant sur des principes de citoyenneté ;
- professionnel du monde de la sécurité recherchant une maîtrise des gestes techniques de défense, une connaissance du cadre juridique et une reconnaissance par certification ;
- personne instable, agressive, cherchant à s'affirmer et à canaliser son énergie.

Ces différents publics recherchent en général à acquérir une diversité de compétences :

- **oppositions mixtes** (percussions / préhensions) ;
- **gestion d'une situation dégradée avec ou sans arme** ;
- **santé et bien être** ;
- **citoyenneté** (respect du pacte citoyen).

La discipline contact défense permet cette complémentarité :

- défense avec ou sans arme : gestion de conflit en situation dégradée dans le cadre d'une défense légitime ;
- opposition : en "compétition avec ou sans arme", amenant une décision, un gagnant à visée esthétique, s'inscrivant dans la continuité et la logique des actions de fair-play ;
- santé et bien être : amélioration des qualités physiques, psychologiques et sociales ;
- citoyenneté : guide du savoir vivre ensemble, secours et assistance civique, droits et devoirs du pratiquant.

Article 6 - Le responsable national technique du contact défense

Le RNT du contact défense est nommé par le comité directeur de la FFKMDA.

Article 7 – Articulation et fonctionnement de la commission du contact défense

La commission du contact défense se compose de cinq sous-commissions représentées pour chacune d'entre-elle d'au moins deux membres choisis en fonction de leurs compétences au regard de l'objet de la sous-commission.

Chaque membre est titulaire au minimum d'un **brevet de moniteur fédéral de niveau 2 (BMF2)** de contact défense.

Sur attribution du responsable technique national du contact défense, ils sont nommés pour deux années reconductibles par tacite reconduction.

La commission du contact défense et son responsable technique national sont sous le contrôle du département formation de la FFKMDA.

Intitulé	Date réalisation	Modification	Rédacteur	CNCD
R.O Contact défense	21/11/2018	7/06/2022	HALOPEAU	FFKMDA

Rôle et articulation de la commission du contact défense

- 1) La sous-commission des grades techniques complémentaires, est chargée de :**
 - a) concevoir et de réactualiser la progression des grades complémentaires du contact défense et des disciplines associées ;
 - b) constituer les jurys nationaux par disciplines et pluridisciplinaires ;
 - c) définir les modalités d'obtention des grades ;
 - d) proposer des stages de préparation aux grades techniques complémentaires ;
 - e) programmer par année, trois passages de grades complémentaires ;
 - f) tenir et mettre à jour la base de donnée des grades complémentaires du contact défense.

- 2) Sous-commission des qualifications professionnelles spécialisées, est chargée de :**
 - a) proposer et de concevoir des qualifications professionnelles au profit des encadrants pédagogiques du contact défense dans les spécialités suivantes : **enfants, adolescents, femmes, personnes du 3^{ème} âge et personnes à mobilité réduite** ;
 - b) proposer et d'organiser selon la demande des dirigeants des clubs contact défense, les qualifications pédagogiques (BMF) pour animer, encadrer et entraîner des licenciés;
 - c) proposer des stages de perfectionnement dans la préparation, la planification et le suivi des encadrants pédagogiques;
 - d) de tenir et mettre à jour la base de donnée des QPS et BMF du contact défense.

- 3) Sous-commission des sports d'oppositions, est chargée :**
 - a) d'élaborer les règles propres à cette activité en matière de déontologie et de formation ;
 - b) d'identifier et proposer les conditions dans lesquelles est assurée la formation des arbitres et des juges ;
 - c) d'établir des modalités pratiques compétitives ;
 - d) de programmer et d'organiser des compétitions ;
 - e) d'exprimer des propositions pour le développement de la pratique pour le plus grand nombre : éducative, féminine.

- 4) Sous-commission professionnelle métiers de la sécurité, est chargée de :**
 - a) développer et structurer des programmes dans la préparation physico-mentale et technico-tactique du professionnel de la sécurité dans le cadre de son optimisation en situation professionnelle ;
 - b) programmer et d'organiser des stages spécifiques : maniement des armes d'impact, travail immobilisation sol, dangers des armes létales et non contondantes, etc. ;
 - c) exprimer des propositions pour le développement de la pratique du contact défense au sein du secteur professionnel.

- 5) Sous-commission citoyenneté, est chargée de :**
 - a) développer des actions de formation sur le vivre ensemble ;
 - b) organiser des formations de prévention et secours civiques de niveau 1 ;
 - c) exprimer des propositions pour le développement du savoir vivre ensemble.

Intitulé	Date réalisation	Modification	Rédacteur	CNCD
R.O Contact défense	21/11/2018	7/06/2022	HALOPEAU	FFKMDA

Le responsable technique national du contact défense est membre de droit dans toutes les sous-commissions relatives à ses missions.

Article 8 – La progression technique initiale

La progression technique initiale du contact défense a été conçue dans le but d’organiser de manière cohérente l’apprentissage de la discipline en France métropolitaine et les départements d’outre-mer.

Les propositions techniques retenues visent à privilégier la progression des licenciés des clubs affiliés à la FFKMDA en utilisant toute la diversité des techniques autorisées par la FFKMDA.

La progression technique des pratiquants est validée sur une échelle graduelle qui va du 1^{er} niveau basic au 3^{ème} niveau avancé, selon un ordre qui correspond à deux grandes périodes de pratique : **DÉCOUVERTE.**

PROGRESSION INITIALE DU CONTACT DÉFENSE				
Unité de formation	Niveau d’acquisition technique Adultes/Adolescents-Enfants			
Cursus	Niveaux pour les Adultes/Adolescents	Ceintures de couleurs		Temps
UF1	1 ^{er} niveau de base	Blanche	Jaune	12 mois
UF2	2 ^{ème} niveau intermédiaire	Jaune	Orange	12 mois
UF3	3 ^{ème} niveau avancé	Orange	Rouge	12 mois

Les passages de grades initiaux

Les grades initiaux sont délivrés par les clubs affiliés à la FFKMDA, sous le contrôle d’un brevet moniteur fédéral de niveau 2 ou 3 ou un BPJEPS portant mention sports de contact et disciplines associées, après passage avec succès des épreuves correspondant à chaque grade devant un jury. (Voir annexe 2.1).

Article 9 – La progression technique complémentaire

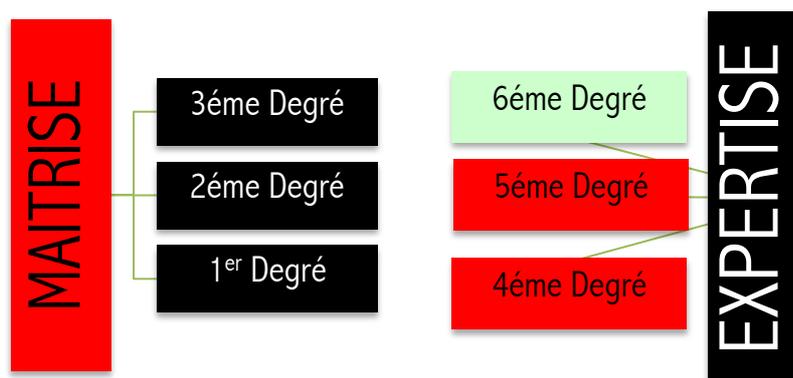
La progression des grades complémentaires du contact défense a été conçue dans le but d’organiser de manière cohérente le perfectionnement de la discipline en France.

Elle vise à privilégier le perfectionnement des licenciés des clubs affiliés à la FFKMDA, en utilisant toute la diversité des techniques autorisées.

Le continuum technique des pratiquants est validé sur une échelle graduelle qui va du 1^{er} degré au 6^{ème} degré, selon un ordre qui correspond à deux grandes périodes de pratique :

LA MAÎTRISE – L’EXPERTISE.

Intitulé	Date réalisation	Modification	Rédacteur	CNCD
R.O Contact défense	21/11/2018	7/06/2022	HALOPEAU	FFKMDA



Article 10 - « Le passage et la délivrance des grades techniques complémentaires »

Tous les passages de grades supérieurs réussis avec succès devant un jury régional sont délivrés par la FFKMDA et sont paraphés par le président et le directeur technique national de la FFKMDA.

La demande de validation des diplômes auprès de la FFKMDA doit faire l’objet d’un procès verbal de passage rédigé par le responsable de la commission nationale du contact défense.

Les niveaux de maîtrise techniques supérieurs du 1^{er} au 3^{ème} degré sont délivrés par un jury composé par la commission technique régional du lieu du passage de grade du contact défense et sous couvert d’un responsable Expert fédéral ou resp. national du contact défense.

Les niveaux d’expertises du 4^{ème} au 6^{ème} degré sont délivrés par un jury pluridisciplinaire de la commission contact défense à la demande du responsable de la commission nationale de contact défense.

Aucune dispense d’équivalence ne permet à des pratiquants de disciplines martiales ou sports de combat issus de fédérations délégataires ainsi qu’à des professionnels de la sécurité d’obtenir un grade complémentaire en conformité avec la réglementation la discipline du contact défense existante. Seul le face à face technique avec le passage de grade à l’issue d’un stage permet obtenir la qualification recherchée.

La base de données des grades complémentaires est tenue par la commission nationale du contact défense. (Voir annexe 2.2 progression des grades complémentaires).

La matrice des diplômes décernés portera les mentions suivantes :

Commission nationale technique du contact défense
 MAÎTRISE OU EXPERTISE DES TECHNIQUES COMPLÉMENTAIRES
 Niveau attribué : du 1^{er} au 6^{ème} Degré
 Paraphés par le directeur technique national et le président de la FFKMDA

Intitulé	Date réalisation	Modification	Rédacteur	CNCD
R.O Contact défense	21/11/2018	7/06/2022	HALOPEAU	FFKMDA

Article 11 - « Qualification de l'encadrement contact défense »

Le brevet de moniteur fédéral niveau 1 (BMF1) est délivré par le département formation de la FFKMDA ou de ses représentations déconcentrées. Le BMF1 permettra d'animer une séance sportive sous couvert d'un BMF2 ou BPJPS mention sport de contact et disciplines associées.

Le brevet de moniteur fédéral niveau 2 (BMF2) mention contact défense est délivré par le département formation de la FFKMDA. Le BMF2 permettra d'encadrer et planifier des séances sportives et ou de contact défense.

Le brevet de moniteur fédéral niveau 3 (BMF3) est délivré par le département formation de la FFKMDA. Le BMF3 permettra d'entraîner, de sélectionner des compétiteurs et planifier des objectifs de loisirs, compétitifs ou de bien être.

Le président la FFKMDA délivre aux candidats ayant réussi l'examen d'admission, le diplôme obtenu. **Le diplôme est paraphé** par le président, le responsable formation et le directeur technique national de la FFKMDA. La commission nationale du contact défense s'assure de l'envoi du diplôme et de la mise à jour de la base de données du contact défense.

Article 12 - Le prérequis technique

Le prérequis technique pour se présenter au diplôme BMF2 est le 1^{er} degré contact défense.

Article 13 – Dispense d'équivalence

La dispense d'équivalence permet à des pratiquants de disciplines martiales ou sports de combat issus de fédérations délégataires d'état ainsi qu'à des professionnels de la sécurité possédant des qualifications pédagogiques institutionnelles de rejoindre la discipline du contact défense et de se mettre en conformité avec la réglementation existante.

Ce dispositif est applicable dans le domaine suivant :

- **Qualification pédagogique (BMF2).**

La reconnaissance de cette qualification pédagogique ne peut s'appliquer que sous réserve d'acceptation du dossier par le département formation de la **FFKMDA**.

Article 14 – Oppositions contact défense « avec ou sans arme »

Partant de la demande didactique qui se doit être en concordance avec le profil du pratiquant ainsi que la représentation de ses prédispositions, le contact défense propose non pas de diversifier les formes de pratiques, mais de les rassembler, et de «créer» une nouvelle

Intitulé	Date réalisation	Modification	Rédacteur	CNCD
R.O Contact défense	21/11/2018	7/06/2022	HALOPEAU	FFKMDA

modalité de compétition, permettant à chaque style de combat de pouvoir s'exprimer d'une part, et prendre plaisir à pratiquer d'autre part.

Le présent règlement qui est en concordance avec [l'arrêté du 3 octobre 2016 relatif aux règles techniques et de sécurité applicable aux manifestations publiques de sports de combat](#) vise à satisfaire le plus grand nombre de pratiquants, tout en leur permettant de garder leur identité propre, et en incitant les différentes formes de combat à se côtoyer et à apprendre à se connaître plus qu'à s'ignorer voire à se mépriser.

Quant à l'appellation de cette discipline, nous avons choisi le titre de « **Contact défense COMBAT** », au regard de la liberté que nous désirons laisser aux pratiquants, et qu'il est important de préserver. (Voir l'annexe 3 R.O contact défense combat).

CHAPITRE II : RESPECT DES RÈGLES D'HYGIÈNE, DE SÉCURITÉ

Article 15 - La classification des zones à risques variables

Les techniques du contact défense sont proportionnées selon le degré avéré de résistance de l'adversaire.

In fine en respect de l'intégrité physique et conformément à l'application des règles de droit commun (LD 122-5 du CP), il est établie une codification des zones de percussions à risques variables sous la forme d'un code de couleur.

Zones de percussions Rouge (Absolue nécessité).

- La tête, le cou, avec en avant la glotte, latéralement artères carotides et veines jugulaires et en arrière le rachis cervical ;
- Le triangle génital.

Zones de percussions Orange (Raisonné et justifié).

- Le tronc dans son ensemble, la face antérieure, latérale et postérieure ;
- Les membres supérieurs y compris la zone des épaules et les membres inférieurs y compris la zone du fessier.

Le respect de cette classification par les moniteurs et instructeurs permettra de garantir un enseignement technico-tactique de défenses ou d'attaques proportionnées en adéquation avec les textes législatifs se rapportant à la défense légitime.

La classification des zones à risques variables citée ci-dessus n'est pas applicable dans le cadre de l'article 14 de ce présent règlement « **Oppositions contact défense à main nue et avec arme de défense** ».

Intitulé	Date réalisation	Modification	Rédacteur	CNCD
R.O Contact défense	21/11/2018	7/06/2022	HALOPEAU	FFKMDA

Article 16 - L'utilisation d'arme d'instruction

Elle est soumise à la législation : Décret n° 2013-700 du 30 juillet 2013 portant application de la loi n° 2012-304 du 6 mars 2012 relative à l'établissement d'un contrôle moderne, simplifié et préventif des armes ainsi que pour le mineur l'Art 488 du code civil « la majorité (18 ans) sauf autorisation écrite et paraphée des parents ».

Article 17 - Armes autorisées lors des entraînements, passages de grades et démonstrations

A l'entraînement, l'utilisation d'arme de défense classifiée catégorie A1, B et C dont le port et le transport sont strictement réservés aux agents représentant la force publique n'est pas autorisée dans les passages de grades, les stages techniques, les démonstrations sportives et les entraînements civils.

Liste des armes officielles autorisées dans la pratique du contact défense :

Les bâtons de défense « court, moyen et long », les couteaux factices, les bâtons mousses, les armes factices à feu. Caractéristiques techniques des armes autorisées :

Armes instructions	Longueur	Diamètres	Matières	Couleurs
Le bâton court	0 à 30 cm	3cm	polycarbonate ou mousse	Noire ou blanc
Le bâton moyen	0 à 60 cm			
Le bâton long	0 à 120 cm			
<u>Les armes à feu et couteaux d'entraînement, ils doivent tous être factices et identifiables de part leurs couleurs rouge, jaune ou bleu afin de les différencier avec une arme réelle.</u>				

Article 18 - Le transport d'arme

Le pratiquant disposant d'une adhésion de l'année en cours est autorisé à transporter les armes d'instruction factices pour recevoir une formation au maniement de ces armes.

- **Obligation est faite au pratiquant lors de son trajet à pied** du domicile, au lieu d'entraînement, de transporter celles-ci dans un sac de sport hors de la vue du public.
- **Obligation est faite au pratiquant lors de son trajet en véhicule** du domicile, au lieu d'entraînement, de transporter celles-ci dans un sac de sport fermé hors de la vue du public (dans le coffre du véhicule).

Le pratiquant doit posséder la licence de l'année en cours sur ou à proximité de lui pour justifier la présence d'arme(s) dans son sac de sport lors des contrôles préventifs qui sont opérés sur la voie publique par des représentants de l'état ou territoriaux.

Intitulé	Date réalisation	Modification	Rédacteur	CNCD
R.O Contact défense	21/11/2018	7/06/2022	HALOPEAU	FFKMDA

Article 19 - Les matériels de protection corporelle

Ils sont de deux utilisations, individuelle et collective. Ils doivent posséder en termes de qualité la norme C.E. Dans le cadre des compétitions, il sera défini en rapport avec le poids du combattant, la catégorie des gants de protection.

- **Matériels obligatoires pour entraînement** : coquille, protège tibias, gants de boxe « 14 OZ » ou gants doigts libres, protège dents, protection de la tête casque.
- **Matériels facultatifs** : bouclier d'entraînement, plastron, protection des coudes et des avant-bras.

CHAPITRE III : OBLIGATIONS DES PRATIQUANTS

Article 20 – Code et esprit sportif

L'esprit sportif est l'expression d'un comportement, d'une attitude intégrant des valeurs fortes. Il est aussi défini comme l'acceptation des règles du code du sportif mis en place par la discipline contact défense :

- Le respect de soi, de ses partenaires et adversaires, de l'arbitre, des règlements ;
- La loyauté, l'humilité, la courtoisie et la politesse ;
- L'honnêteté et l'altruisme : capacité à se soucier des autres.

Tous les membres du contact défense, du débutant au confirmé et du dirigeant au moniteur, s'engagent à :

- Respecter les règlements édictés par la FFKMDA ;
- Respecter les décisions du corps arbitral lors des compétitions sportives ;
- Respecter son adversaire (sportif) ;
- Être loyal envers la discipline et ses membres élus ;
- Être exemplaire, généreux, et tolérant ;
- Être maître de soi en toutes circonstances.

En tant que dirigeant, enseignant, vous devez transmettre ces valeurs, car elles ne s'arrêtent pas qu'aux activités de l'association, mais bien au delà dans la vie de tous les jours.

Article 21 - Tenue vestimentaire

La tenue réglementaire du contact défense se compose d'un pantalon de type kimono de couleur noire, un tee-shirt et ou une veste de kimono avec le logo ou sigle de la méthode pratiquée situé poitrine gauche.

L'inscription self-défense dans le dos ou sur le bas de kimono est facultative.

Intitulé	Date réalisation	Modification	Rédacteur	CNCD
R.O Contact défense	21/11/2018	7/06/2022	HALOPEAU	FFKMDA

COMMISSION NATIONALE CONTACT DÉFENSE FFKMDA

Les pratiquants ne peuvent porter de signes distinctifs manifestant leur attachement personnel à des convictions **religieuses ou philosophiques**.

Sont interdits les signes **ostentatoires** qui constituent en eux-mêmes, des éléments de **prosélytisme** ou de **discrimination** ou qui sont de nature à porter atteinte à l'ordre public ou au fonctionnement de du contact défense.

Article 22 – Dispositions du règlement

Les dispositions du présent règlement officiel ont vocation à s'appliquer :

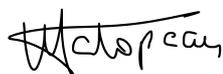
- à l'ensemble des clubs contact défense affiliés adhérents de la FFKMDA ;
- à l'ensemble des dirigeants ayant adhéré par la mise à jour de la cotisation annuelle ;
- à l'ensemble des formateurs, entraîneurs, moniteurs et pratiquants ayant adhéré par la mise à jour de la cotisation annuelle ;
- et, d'une manière générale, à toute personne physique ou morale adhérente, à quelque titre que ce soit, à la FFKMDA.

La délivrance des documents administratifs est sous la responsabilité de l'administrateur du club affilié à la FFKMDA. Il doit veiller à ce que chaque pratiquant possède la liste des pièces administratives énumérées ci-dessous :

- le livret de formation propre à chaque méthode de self-défense ;
- la licence FFKMDA pour l'année en cours ;
- le certificat médical et ou livret médical pour les compétiteurs ;
- l'attestation pour les mineurs (voir annexe 4).

À Saint Agnant (17620)

Le responsable national du contact défense
Mr Fabrice **HALOPEAU**



Intitulé	Date réalisation	Modification	Rédacteur	CNCD
R.O Contact défense	21/11/2018	7/06/2022	HALOPEAU	FFKMDA