

# ARTS MARTIAUX et sports de combat



À la FSCF, les arts martiaux et sports de combat regroupent 25 disciplines. Aucune d'entre-elles ne conduit au K0. Les pratiques se font dans le respect des personnes et des disciplines sans aucune distinction, avec, conformément au projet éducatif de la fédération, ouverture d'esprit, convivialité, et préservation des valeurs humanistes et morales du sport et de la FSCF.



## APTITUDES DÉVELOPPÉES

- Adresse et coordination
- Force
- Rapidité
- Souplesse

## MODES DE PRATIQUE

Compétition, loisir : judo, taekwondo, karaté, aikido, yoseikan budo, pencak silat, nihon tai jitsu, self-défense, tai-chi-chuan, viet vo dao, ju-jitsu, kempo kai, kung-fu, boxe, etc.

## CATÉGORIES

De benjamin à vétéran, dépendant des activités

## PUBLIC

Ouvert à tous, à partir de 6 ans.

Tactique et stratégie

Respect



Maîtrise de soi

Anticipation

Prise de décision

## LES + DE LA FSCF

La plupart de ces activités se pratiquent sous forme de mixité, dans un souci de rencontres intergénérationnelles, sans limite d'âge, tout autant en loisirs qu'en compétition. La finalité principale est le développement de la personne où chacun s'exprime à son meilleur niveau. La convivialité entre les pratiquants met en avant les valeurs communes des arts martiaux et sports de combat, ainsi que le partage des pratiques. À cet effet, les rencontres et les stages par discipline ou inter-activités font la spécificité de la démarche de la fédération.

	 <p>Championnat national de judo</p> <p>PAR ÉQUIPE INDIVIDUEL</p> <p>Mai Juin</p>	 <p>Championnat national d'arts martiaux et sports de combat</p> <p>PAR ÉQUIPE</p> <p>Mai Juin</p>
Épreuves	Groupe de poules et finales	Prestation sous forme de 2 ateliers
Accessibilité*	Être adhérent de la FSCF	
Niveau	Ouvert à tous	Ouvert à tous les arts martiaux
Age	11+	13+

## MANIFESTATIONS ET RASSEMBLEMENTS

Les compétitions et les rencontres organisées chaque année au niveau régional et national sont ouvertes à tous sans qualification ou degré.

## FORMATIONS FÉDÉRALES ET PROFESSIONNELLES

- animateur fédéral
- animateur expert
- Certificat de qualification professionnelle animateur de loisir sportif, mention jeux sportifs, jeux d'opposition



### Informations

Plus d'informations sur les arts martiaux et sports de combat à la FSCF :  
[www.fscf.asso.fr](http://www.fscf.asso.fr)

### Contact

[artsmartiaux@fscf.asso.fr](mailto:artsmartiaux@fscf.asso.fr)

\* Se reporter aux règlements fédéraux.

Vivons ensemble l'expérience sport et culture !

