

# ATT 1 – AEC

## Attestation technique 1

### ARTS ENERGETIQUES CHINOIS

#### DESCRIPTIF DES EPREUVES

L'attestation technique de niveau 1 comprend deux épreuves :

#### UV 1 - DEMONSTRATION D'UN TRAVAIL POSTURAL (JING GONG).

**40 points (note éliminatoire: 12)**

Etre capable de présenter une posture "debout", - *ZHAN ZHUANG GONG* - issue de son école, tirée au sort parmi une liste de 2 postures remise au jury .

Une seule posture sera proposée avec ouverture et fermeture succinctes et sera tenue 10 mns.

Attention: sont exclues les postures bras le long du corps, les postures pieds joints et toutes postures en assise .

La posture présentée se fera membres supérieurs sans appui sur le corps. Les yeux pourront être ouverts ou fermés.

**Durée : 10 minutes**

#### UV 2 - DEMONSTRATION D'UN ENCHAÎNEMENT - OU SERIE DE MOUVEMENTS DE QI GONG- (DONG GONG)

**50 points (note éliminatoire : 15)**

Etre capable de présenter un enchaînement issu de son bagage technique tiré au sort parmi une liste de 3 méthodes remise au jury.

Un temps de préparation de 20 mns est laissé au candidat après tirage du sujet.

Etre capable de maîtriser parfaitement l'enchaînement et connaître les particularités essentielles du style présenté.

**Durée : 10 minutes**

#### UV 3 ENTRETIEN

**10 points (note éliminatoire : 3)**

Etre capable, à la demande du jury :

- De justifier les caractéristiques techniques et énergétiques de sa prestation,
- De présenter son cursus de formation technique,
- D'expliciter le projet motivant sa candidature.

**Durée : 5 minutes maximum.**

*Rappel : Le candidat est évalué sur la technique en situation de pratique personnelle et non en situation pédagogique : il peut donc avoir les yeux ouverts ou fermés*

**NOTATION SUR 100 POINTS : NOTE REQUISE 60/100**

**Il faut obtenir au minimum 60/100 pour être reçu à l'ATT1. En cas de note inférieure à 60, le candidat doit repasser les 3 épreuves techniques.**

Le candidat doit remettre au jury, avant de débiter les épreuves, un document comprenant :

- La liste des noms de 2 postures statiques (UV1).
  - La liste des noms des mouvements des **3 méthodes** (UV2), avec les différents enchaînements ou exercices.
- Pour les méthodes longues (+ de 45 mns) possibilité de présenter différentes parties d'une même méthode.

**Nb : Aucune forme s'apparentant à un enchaînement de Taichi Chuan ne sera acceptée au cours de cet examen**