



SARC

Systeme d'Actions Rapides de Contrôle Passage du 6° degré



Programme du passage de grade du 6° degré

Pré-requis :

Réussite du degré 5

1. UV 1 : Combat

UV 1 : Combat

- Assaut mix avec protections (gants MMA, casque intégral, protège-tibia) (1min) /10
- Combat couteau (1) en flow continu avec inversion de rôle (1min) /20
- Combat baton (défenseur) /couteau (attaquant) en flow continu sans inversion de rôle (1min) /20

UV notée sur 50. Réussite à 25.

2. UV 2 : Self-défense

UV 2 : Self-défense

- 1 attaque de face, latérale, arrière (avec soutenance) /20
- 2 attaques au couteau face, latérale (avec soutenance) /20
- 3 menaces au couteau face, latérale, arrière (avec soutenance) /20
- 2 attaques matraque face, latérale (avec soutenance) /20

UV notée sur 80. Réussite à 40.

3. UV 3 : Entretien avec le Jury

UV 3 : Entretien avec le jury

- Entretien relatif à la conception du SARC /30
- Entretien relatif à l'application de la Self-Défense au mineur. Quid de la pédagogie ? /30
- Entretien relatif à la législation et application à la Self-Défense. Quid du SARC ? /30
- Entretien relatif à la Self-Défense et aux médias. Risques et dérives ? /30

UV notée sur 120. Réussite à 60.

TOTAL SUR 250. Réussite à 125

Les UV sont capitalisables.