

TABLA I. Edad mínima requerida y tiempo mínimo reglamentario de permanencia.

Cinturón Negro	13 años	1 año de Cinturón Marrón
1º Duan	16 años	1 año de Cinturón Marrón
2º Duan	18 años	2 años de 1º Duan
3º Duan	21 años	3 años de 2º Duan
4º Duan	25 años	4 años de 3º Duan
5º Duan	30 años	5 años de 4º Duan
6º Duan	36 años	6 años de 5º Duan
7º Duan	43 años	7 años de 6º Duan
8º Duan	51 años	8 años de 7º Duan
9º Duan	60 años	9 años de 8º Duan
10º Duan	70 años	10 años de 9º Duan

TABLA II. Número de licencias necesarias

Cinturón Negro	4 consecutivas ó 5 alternas
1º Duan	3 consecutivas ó 4 alternas
2º Duan	2 consecutivas ó 3 alternas a partir del 1º Duan
3º Duan	3 consecutivas ó 4 alternas a partir del 2º Duan
4º Duan	4 consecutivas ó 5 alternas a partir del 3º Duan
5º Duan	5 consecutivas ó 6 alternas a partir del 4º Duan
6º Duan	6 consecutivas ó 7 alternas a partir del 5º Duan
7º Duan	7 consecutivas ó 8 alternas a partir del 6º Duan
8º Duan	8 consecutivas ó 9 alternas a partir del 7º Duan
9º Duan	9 consecutivas ó 10 alternas a partir del 8º Duan
10º Duan	10 consecutivas ó 11 alternas a partir del 9º Duan

En ambos casos, el combate será técnico y la persona aspirante se podrá auxiliar de un ayudante. No serán obligatorias las protecciones homologadas de competición. El control será máximo, primando la seguridad y salud de la persona aspirante y su ayudante, y así será valorado por el Tribunal, con el fin de evitar cualquier tipo de lesión.

La duración de cada combate, así como sus características, será especificada en el apartado Fase de Combate perteneciente a la estructura de examen de cada grado.

FASE TESINA Y TRABAJO LIBRE

El Tribunal podrá realizar preguntas teóricas a la persona aspirante, relacionadas con la tesina y el trabajo libre presentados. También podrá solicitar la demostración práctica de algún concepto reseñado en la tesina.

FASE RESULTADO

La calificación de cada persona miembro del Tribunal será de APTO o NO APTO y vendrá determinada por mayoría simple entre los miembros del Tribunal, excepto en los exámenes de 5º a 8º Duan que se necesitará, al menos, el 80% de jueces a favor para resultar APTO

Los resultados de los exámenes se harán saber bien a la finalización de estos o bien por escrito a través de las respectivas Federaciones Territoriales. Dichos resultados no serán definitivos hasta la confección del acta correspondiente por parte del Departamento Nacional de Kung Fu de la RFEK.

EXCEPCIONES

Además de las determinadas en las situaciones especiales, estarán exentos de la fase de combate todas las personas aspirantes a Cinturón Negro y Cinturón Negro 1º Duan (exclusivamente) que hayan cumplido 50 años el día de la fecha de examen.

Las personas aspirantes a cualquier grado de Qi Gong/Chikung estarán exentas de la fase de defensa personal y de combate, debiendo presentar en su lugar un trabajo personal gráfico-descriptivo de cada una de las formas presentadas (incluyendo fotos personales ejecutando los movimientos, los nombres de estos, así como sus descripciones y beneficios, puntos de dificultad y cualquier otra información que considere relevante) y entablar un coloquio con el Tribunal sobre cualquier aspecto presentado.

CINTURÓN NEGRO

FASE FORMAS

Deberá presentar obligatoriamente dos formas de las estipulas para su grado. Una de mano y otra de arma (si el sistema o estilo de la persona aspirante posee trabajo de armas).

FASE DEFENSA PERSONAL

Realizará dos técnicas de defensa básica y contraataque ante un solo atacante, quedando prohibidas las luxaciones o estrangulaciones. Las técnicas tendrán control absoluto en lo relativo a las distancias y contactos, quedando prohibidas todas las de mano abierta que estén dirigidas a la cara. Se premiará el compromiso del atacante, así como la concentración y realismo de la persona aspirante.

FASE COMBATE

Realizará un combate técnico con una duración mínima de un minuto.

FASE CONOCIMIENTOS TEORICOS

KUNG FU
RFEK

CINTURÓN NEGRO PRIMER DUAN

FASE FORMAS

Deberá presentar obligatoriamente tres formas de las estipulas para su grado, pudiendo elegir formas de grados superiores, pero no de grados inferiores. Por lo menos una deberá ser de arma (si el sistema o estilo de la persona aspirante posee trabajo de armas).

FASE DEFENSA PERSONAL

Realizará dos técnicas de defensa básica y contraataque ante un solo atacante, quedando prohibidas las luxaciones o estrangulaciones. Las técnicas tendrán control absoluto en lo relativo a las distancias y contactos, quedando prohibidas todas las de mano abierta que estén dirigidas a la cara. Se premiará el compromiso del atacante, así como la concentración y realismo de La persona aspirante.

FASE COMBATE

Realizará un combate técnico con una duración mínima de un minuto y medio o dos combates deportivos con una duración de un minuto cada uno con treinta segundos de descanso entre ellos.

FASE CONOCIMIENTOS TEORICOS

Deberá conocer el temario del grado anterior.

KUNG FU
RFEK

CINTURÓN NEGRO SEGUNDO DUAN

FASE FORMAS

Deberá presentar obligatoriamente tres formas de las estipulas para su grado, pudiendo elegir formas de grados superiores, pero no de grados inferiores. Por lo menos una deberá ser de arma (si el sistema o estilo de la persona aspirante posee trabajo de armas).

FASE DEFENSA PERSONAL

Realizará cuatro técnicas de defensa básica y contraataque ante un solo atacante. Las técnicas tendrán control absoluto en lo relativo a las distancias y contactos. Se premiará el compromiso del atacante, así como la concentración y realismo de la persona aspirante.

FASE COMBATE

Realizará un combate técnico con una duración mínima de dos minutos o tres combates deportivos con una duración de un minuto cada uno con treinta segundos de descanso entre ellos.

FASE CONOCIMIENTOS TEORICOS

Deberá conocer el temario del grado anterior.

KUNG FU
RFEK

CINTURÓN NEGRO TERCER DUAN

FASE FORMAS

Deberá presentar obligatoriamente tres formas de las estipulas para su grado, pudiendo elegir formas de grados superiores, pero no de grados inferiores. Por lo menos una deberá ser de arma (si el sistema o estilo de la persona aspirante posee trabajo de armas).

FASE DEFENSA PERSONAL

Realizará seis técnicas de defensa y resolución libre ante un solo atacante. Algunas de ellas podrán ser con armas. Los ataques y secuencias deberán estar encadenados valorándose positivamente el ritmo de ejecución de las técnicas y la eliminación de los tiempos muertos. El control del atacante debe de ser en todo momento evidente, procurando realizar las translaciones y aplicaciones de una forma eficiente, ante la posibilidad de nuevas amenazas. Pudiendo incluir proyecciones y armas simuladas. Se efectuarán aplicaciones ante ataques de pierna, brazo, agarres y al menos dos ante ataques con armas.

FASE COMBATE

Realizará un combate técnico con una duración mínima de tres minutos o tres combates deportivos con una duración de un minuto cada uno con treinta segundos de descanso entre ellos.

FASE CONOCIMIENTOS TEORICOS

Deberá conocer el temario del grado anterior.

KUNG FU
RFEK

CINTURÓN NEGRO CUARTO DUAN

FASE TRABAJO LIBRE

Deberá ejecutar un trabajo práctico relacionado con el Kung Fu en el que participará activamente y demostrará un buen dominio técnico del trabajo presentado. Durante la exposición deberá alternar la explicación teórica con la práctica, demostrando la coherencia de sus planteamientos. Deberá tener una duración entre cinco y diez minutos.

Deberá presentar un trabajo escrito que documente su trabajo libre, especificando el objetivo, el desarrollo y la justificación de dicha propuesta.

FASE FORMAS

Deberá presentar obligatoriamente tres formas de las estipulas para su grado, pudiendo elegir formas de grados superiores, pero no de grados inferiores. Por lo menos una deberá ser de arma (si el sistema o estilo de la persona aspirante posee trabajo de armas).

FASE DEFENSA PERSONAL

Realizará, con un máximo de dos ayudantes, un encadenamiento de un total de ocho técnicas, en las que podrá utilizar cualquier aplicación de Kung Fu entre las que se incluirán: controles, luxaciones, estrangulamientos, inmovilizaciones y contraataques. Los atacantes podrán utilizar armas simuladas. Se efectuarán aplicaciones ante ataques de pierna, brazo, agarres y al menos dos empleando armas para la defensa y resolución.

Deberá demostrar el control de la distancia, así como de las acciones de sus ayudantes y del dominio del espacio. Los ataques y secuencias deberán estar encadenados valorándose positivamente el ritmo de ejecución de las técnicas y la eliminación de los tiempos muertos. El control de todos los atacantes debe de ser en todo momento evidente, procurando realizar las translaciones y aplicaciones de una forma eficiente, ante la posibilidad de nuevas amenazas. Entre las técnicas a ejecutar podrán incluirse anticipaciones y combinaciones de ataques continuos.

FASE COMBATE

Realizará un combate técnico con una duración que estime el Tribunal en el que el aspirante deberá demostrar su habilidad en la continuidad de los ataques, defensas, desplazamientos, efectividad, control... Se valorará positivamente la ejecución enérgica y controlada de las técnicas, así como la actitud y preparación mental de la persona aspirante, que deberá dominar los contenidos esenciales en la ejecución del combate.

FASE COLOQUIO

En el momento que el Tribunal estime oportuno, entablará un coloquio con la persona aspirante sobre cualquier aspecto relacionado con Kung Fu.



KUNG FU
RFEK

CHI KUNG / QI GONG

GRADO	FORMA
Cinturón Negro 1º Duan	<p>Bai Ri Zhu Ji Gong – Cien días cultivando las bases</p> <p>Bao Jian Gong (Yi) – Tabla para el Acondicionamiento General (Parte 1)</p> <p>Guan Jie Song Kai – Relajación y Apertura Articular</p> <p>Nei Yang Gong – Nutrición psicosomática</p> <p>Paida Gong – Automasaje por golpeo</p> <p>Jing Luo Gong – Tabla de los meridianos</p> <p>Shujin Zhuanggu Gong (Yi) – Tabla para el Aparato Locomotor (Parte 1)</p> <p>Yin Ti Ling Rou Shi San Shi – Los trece movimientos para estirar y flexibilizar el cuerpo</p> <p>Zhan Zhuang – Clavado como una estaca</p>
2º Duan 3º Duan	<p>Ba Duan Jin – Las ocho piezas de brocado</p> <p>Hewei Jian Pi Gong (Yi) – Tabla para el Aparato Digestivo (Parte 1)</p> <p>Jian Shen Yun Qi Fa – Técnica para la salud transportando la energía vital</p> <p>Shibashi – Tabla de 18 movimientos</p> <p>Shugan Lidan Gong (Yi) – Tabla para el Hígado (Parte 1)</p> <p>Shuxin Ping Xue Gong (Yi) – Tabla para el Corazón (Parte 1)</p> <p>Taiji Bang (Yi) – Tabla de la batuta de la salud (Parte 1)</p> <p>Wu Qin Xi – Juego de los cinco animales</p> <p>Yi Fei Gong – Fortalecimiento del cuerpo para los pulmones</p> <p>Yi Jin Jing – Cambio del músculo y el tendón</p> <p>Yi Qi Yang Fei Gong (Yi) – Tabla para el Pulmón (Parte 1)</p> <p>Yu Zhen Bu Yuan Gong (Yi) – Tabla para el Riñón (Parte 1)</p>
4º Duan 5º Duan	<p>49 Shi Jingluo Dong Gong – Tabla de los 49 movimientos</p> <p>Bao Jian Gong (Er) – Tabla para el Acondicionamiento General (Parte 2)</p> <p>Da Wu – La Gran Danza</p> <p>Fang Song Gong – Ejercicios de Relajación Activa</p> <p>Mawangdui – Ejercicios de Mawangdui</p> <p>Ming Mu Gong – Mejora de la vista</p> <p>Shi Er Duan Jin – Las doce joyas sentado</p> <p>Shi Er Fa – Los doce movimientos para preservar la salud</p> <p>Shugan Lidan Gong (Er) – Tabla para el hígado (Parte 2)</p> <p>Shujin Zhuanggu Gong (Er) – Tabla para el Aparato Locomotor (Parte 2)</p> <p>Shuxin Ping Xue Gong (Er) – Tabla para el Corazón (Parte 2)</p> <p>Taiji Bang (Er) – Tabla de la batuta de la salud (Parte 2)</p> <p>Taiji Yangsheng Zhang – Bastón de la Salud</p> <p>Yu Zhen Bu Yuan Gong (Er) – Tabla para el Riñón (Parte 2)</p>
+ 6º Duan	<p>Hewei Jian Pi Gong (Er) – Tabla para el Aparato Digestivo (Parte 2)</p> <p>Jiujiu Huantong Gong – Tabla para sentirse niño (99)</p> <p>Liu Zi Jie – Los seis sonidos curativos</p> <p>Sanxiao Jiuzhi gong – Tabla para la diabetes</p> <p>Yi Qi Yang Fei Gong (Er) – Tabla para el Pulmón (Parte 2)</p> <p>Wuxing Wudang – Tabla de los Cinco Elementos de Wudang</p>

TAIJI QUAN

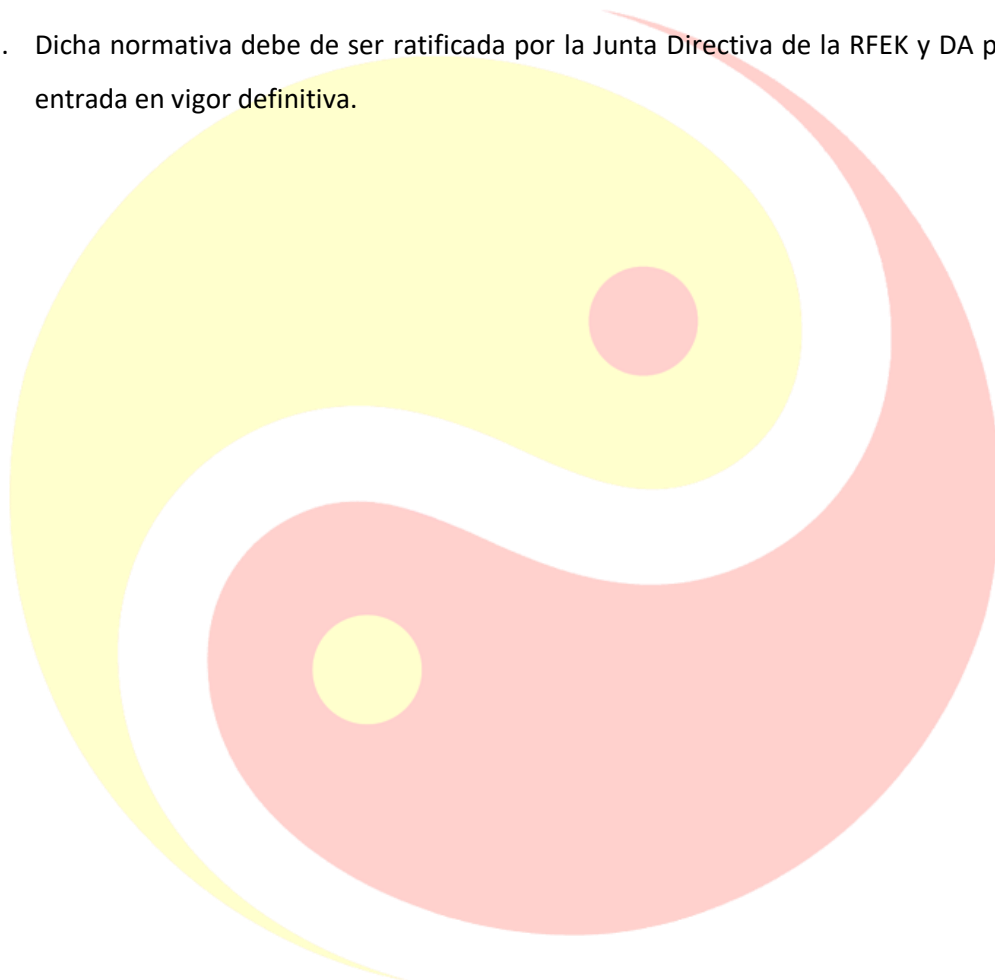
GRADO	MANO	ARMA
Cinturón Negro 1º Duan	18 Taiji Quan (Chen) 19 Taiji Quan (Chen) 22 Taiji Quan (Yang) 24 Taiji Quan Dajia Yi Lu Dajia Er Lu Shi San Shi (Ma Tsun Kuen)	14 Taiji Qi Mei Gun (Chen) 16 Taiji Jian 16 Taiji Qiang 18 Taiji Jian 18 Taiji Shan
2º Duan 3º Duan	26 Taiji Quan (Yang) 28 Taiji Quan 32 Taiji Quan 36 Taiji Quan (Chen) 37 Taiji Quan (Cheng Man Ching) 38 Taiji Quan 38 Yi Lu (Hong) 40 Taiji Quan Kuai Shou (Ma Tsun Kuen)	13 Taiji Dao 23 Taiji Dao (Chen) 23 Taiji Gun (Wong) 24 Taiji Gun (Hong) 24 Taiji Shan (Chen) 28 Taiji Shan (Chen) 32 Taiji Jian 32 Taiji Dao (Yang) 36 Taiji Jian (Chen) 36 Taiji Shan 36 Taiji Dao Taiji Dao (Ma Tsun Kuen) Taiji Jian (Ma Tsun Kuen)
4º Duan 5º Duan	13 Taiji Quan (Wudang) 42 Taiji Quan 48 Taiji Quan 49 Taiji Quan (Yang) 56 Taiji Quan (Chen) 73 Taiji Quan (Sun) Laojia Er Lu Xinjia Er Lu	24 Taiji Qiang (Chen) 32 Taiji Guan Dao (Chen) 42 Taiji Jian 49 Taiji Jian (Chen) 52 Taiji Shan 54 Taiji Jian (Chen) 54 Taiji Jian (Cheng Man Ching) 56 Taiji Shan Taiji Qiang (Ma Tsun Kuen) Taiji Shan (Wudang)
+ 6º Duan	88 Taiji Quan 97 Taiji Quan (Sun) 103 Taiji Quan (Yang) 108 Taiji Quan (Wudang) Laojia Yi Lu Taiji Da Jia (Ma Tsun Kuen) Xinjia Yi Lu	48 Taiji Er Shan 67 Taiji Jian (Yang) 71 Taiji Qiang (Chen) 73 Taiji Shan Taiji Fuchen (Wudang) Taiji Jian (Wudang)

ANEXO II: CONOCIMIENTOS TEORICOS

1. Nombre y significado del estilo que practica, su fundador y principales características de su sistema.
2. ¿Por qué y para qué se saluda en la práctica del Kung Fu?
3. Explicación de algunas de las posiciones realizadas en su examen, enumerando: nombre, superficie de asentamiento, distribución del peso, situación del tronco y demás características generales, así como las posibilidades de aplicación práctica.
4. Explicación de alguna de las técnicas básicas de las presentadas en su examen, de defensa, ataque o contraataque, ya sea de puño, mano, codo o pierna, definiendo fundamentalmente: punto de partida, principios teóricos, recorrido y terminación, así como las posibilidades en su aplicación práctica.
5. Explicación sobre la ejecución y finalidad del trabajo de Técnicas de Defensa Personal que presenta.
6. Aspectos para tener en cuenta a la hora de realizar el trabajo de técnicas de defensa personal.
7. Explicación sobre la ejecución y finalidad de los movimientos de cualquiera de las formas que presenta.
8. ¿En el sistema de Kung Fu que prácticas, qué son las formas y para qué sirve su trabajo?
9. Aspectos importantes a la hora de realizar una forma en Kung Fu.
10. Aspectos importantes a la hora de realizar los combates en el examen a grado.
11. Estructura biomecánica en su sistema.

DISPOSICIÓN FINAL Y ENTRADA EN VIGOR.

1. La presente normativa ha sido aprobada por el Departamento de la Disciplina Asociada de Kung Fu, entrando en vigor de forma provisional en el momento de su publicación.
2. Dicha normativa debe de ser ratificada por la Junta Directiva de la RFEK y DA para su entrada en vigor definitiva.



KUNG FU
RFEK