

541 – Installations de budo

Bases de planification



Table des matières

1. Introduction	4
2. Installations d'entraînement et de compétition	5
2.1 Tapis de compétition et bordure pour le judo, le ju-jitsu, le karaté, le kendo et le taekwondo	5
2.2 Tapis d'entraînement	8
2.3 Superficie des locaux à l'exemple du judo	9
2.4 Hauteur des locaux	9
2.5 Locaux annexes	9
2.6 Schéma d'agencement des locaux	10
2.7 Local des engins en cas de tapis mobiles	10
3. Equipement des installations de compétition et d'entraînement	11
3.1 Soubassement des tapis	11
3.2 Bordure des tapis	11
3.3 Parois	12
3.4 Ventilation	13
3.5 Chauffage	13
3.6 Eclairage	13
3.7 Equipement	13
4. Aménagement d'un dojo/dojang	14
4.1 Tatami (judo)	14
4.2 Kamiza (judo)	14
4.3 Shimoza (judo)	14
4.4 Joseki et shimozeki (judo)	14
5. Bibliographie	15

1. Introduction

1.1 Champ d'application

La présente norme s'applique aux installations d'entraînement («dojo» en japonais, «dojang» en coréen, «wu guan» en chinois) aux arts martiaux du budo, tels que judo, ju-jitsu, aikido, karaté, taekwondo ou wuschu/kung-fu. Pour la construction d'installations spécifiques, les directives et dimensions applicables à la discipline concernée seront mentionnées séparément.

Définition du dojo/dojang

Le «dojo» ou «dojang», terme signifiant «lieu où l'on cherche la voie», est un local d'entraînement à divers arts martiaux comme le karaté, le judo, l'aikido ou le taekwondo. Au sens figuré, ce terme désigne aussi la communauté des personnes y pratiquant ces disciplines.

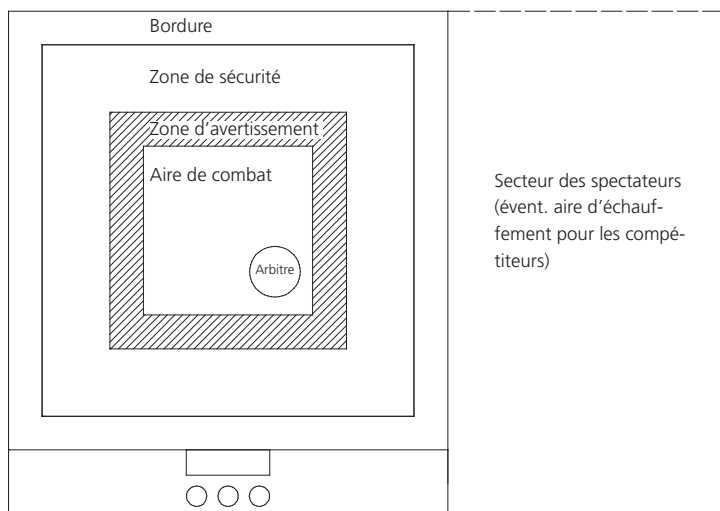
1.2 Portée

Les directives et recommandations qui suivent s'appliquent principalement à l'entraînement. S'il est possible d'organiser des compétitions dans des locaux d'exercice, les grands concours, comprenant plusieurs aires de combat, ont lieu de préférence dans d'autres installations comme des salles de sport.

Lorsque les dimensions minimales indiquées ne sont pas respectées, il y a lieu d'en tirer les conséquences pour l'entraînement et la compétition. Par ailleurs, il convient de prendre en compte les modifications éventuelles des règlements. On peut s'en enquérir auprès des responsables des fédérations concernées.

2. Installations d'entraînement et de compétition

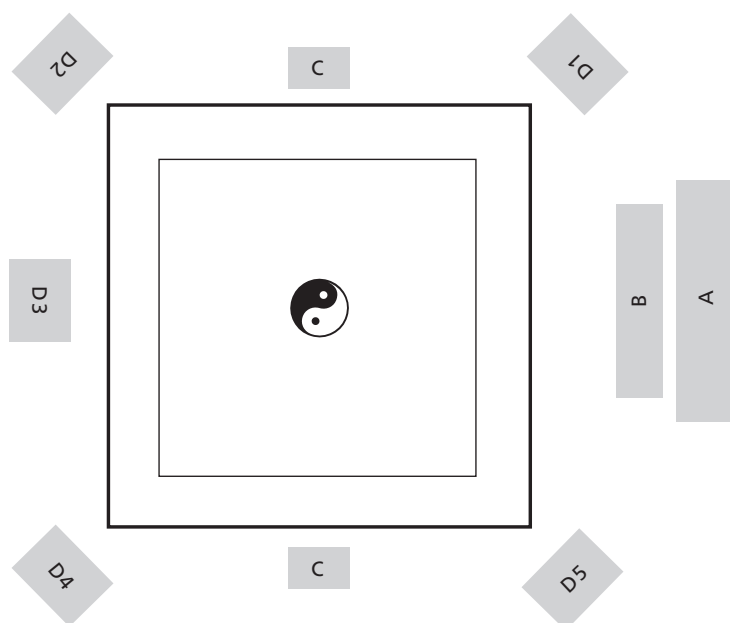
2.1 Tapis de compétition et bordure pour le judo, le ju-jitsu, le karaté, le kendo et le taekwondo



Une salle peut héberger une compétition si elle satisfait aux exigences suivantes:

- elle comporte une zone de compétition et un secteur dévolu aux spectateurs;
- elle offre de la place sur un côté pour la table de chronométrage;
- elle offre de la place sur un autre côté pour les spectateurs;
- les spectateurs n'accèdent pas au lieu de compétition par le même chemin que les athlètes, qui pratiquent leur discipline pieds nus;
- lorsque le tapis se trouve à proximité immédiate d'une paroi – la distance de sécurité étant d'un mètre au moins –, cette paroi est capitonnée jusqu'à la hauteur de la tête; on s'efforcera d'éviter cette configuration;
- dans la mesure du possible, la zone de sécurité a une largeur de 2 m et le pourtour une largeur de 1 à 2 m;
- la fixation des tapis, tenant compte du type de tapis utilisé, a fait l'objet d'une attention particulière; lorsque les tapis sont appliqués dans des salles de sport, on doit veiller à ce qu'ils ne puissent pas se déplacer.

Aire de compétition pour les wushu sanda et qingda



- A Juge en chef, juge en chef adjoint et informateur
- B Juge principal, juge principal adjoint, chronométrateur et rapporteur
- C Compétiteurs et coaches
- D Juges de ligne 1 à 5

Wushu taolu

Emplacement des sièges des officiels

主席台

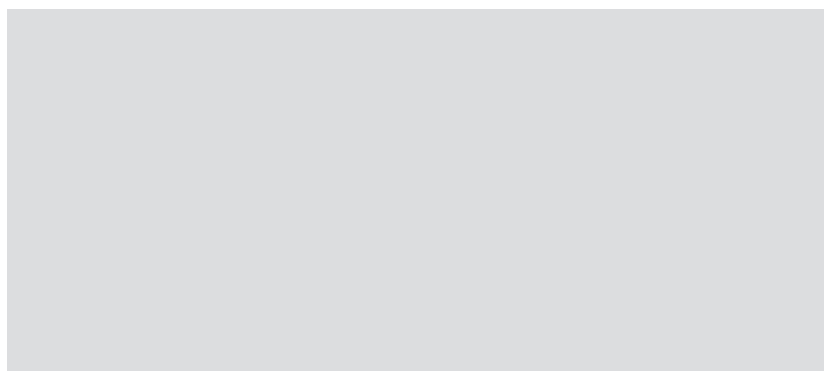
Tribune

仲裁委员会席

Jury d'appel

技术（监督）委员会席

Comité technique (supervision)



裁判员席

Arbitres de tapis



裁判长席

Juges de chaise



总裁判长席

Chef arbitre

工作台（总记录处席）

Secrétariat

2.1.1 Dimensions pour les compétitions de judo

Compétition	Aire de combat	Zone de sécurité	Zone Libre
Tournois internationaux	8 × 8 m, max. 10 × 10 m	3 m (4 m entre deux aires de combat)	
CSI	7 × 7 m	2 m	1 m
Tournois open	7 × 7 m	2 m	1 m
Tournois de classement	6 × 6 m	2 m	1 m
Tournois A	6 × 6 m	2 m	1 m
Tournois B	5 × 5 m	2 m	1 m
Tournois pour débutants	5 × 5 m	2 m	1 m
Tournois éducatifs	4 × 4 m	2 m	1 m
CSE de LNA	6 × 6 m	2 m	1 m
CSE d'autres ligues	5 × 5 m ou 4 × 6 m	2 m	pas obligatoire

La zone d'avertissement qui entoure l'aire de combat a généralement une largeur de 1 m.

La zone de sécurité est encadrée par une zone libre d'au moins 1 m de largeur. La zone de sécurité et la zone libre doivent rester parfaitement dégagées. Ni les coaches, ni les entraîneurs, ni les spectateurs ne sont autorisés à y pénétrer. Les éléments de tapis utilisés pour la compétition doivent être juxtaposés sans intervalle entre eux, de manière à ce qu'ils ne puissent pas se déplacer pendant un combat.

Lorsque deux aires de combat sont contiguës, la zone libre est remplacée par une zone de sécurité d'au moins 2 m entre ces deux aires.

Marquage pour le judo

Un ruban adhésif rouge ou bleu et un autre blanc de 50 cm de longueur et 10 cm de largeur sont collés au milieu de l'aire de combat, à une distance de 4 m l'un de l'autre. Le ruban adhésif rouge ou bleu se trouve à la droite de l'arbitre et le blanc à sa gauche.

2.1.2 Dimensions pour les compétitions de ju-jitsu

Compétition	Aire de combat	Zone d'avertissement	Zone de sécurité
Compétitions	8 × 8 m	1 m	1 m

La zone de danger est intégrée dans l'aire de combat. Pour les tournois et championnats régionaux, une aire de combat d'une superficie de 6 × 6 m est autorisée, pour autant que la zone de sécurité ait une largeur de 2 m.

2.1.3 Dimensions pour les compétitions de kendo

L'aire de combat, monocolore, est entièrement entourée d'une zone de sécurité de 2 m de largeur, qui doit rester parfaitement dégagée.

Compétition	Aire de combat	Zone de sécurité
CSI (dimensions min.)	9 × 9 m + 1,5 m	2 m
CSI (dimensions max.)	11 × 11 m + 1,5 m	2 m

2.1.4 Dimensions pour les compétitions de karaté

Compétition	Aire de combat	Zone de sécurité	Zone de protection
Niveau national/international	8 × 8 m	2 m	1 m

2.1.5 Dimensions pour les compétitions de taekwondo

Compétition	Aire de combat	Zone de sécurité	Zone libre
Niveau national/international	8 × 8 m	1 m	1 m

Une superficie totale de 14 × 14 m est recommandée.

2.1.6 Dimensions pour les compétitions d'aïkido

Cette discipline ne fait l'objet d'aucune compétition.

2.1.7 Dimensions pour les compétitions de wushu

Le bord des tapis utilisés pour les wushu qingda et sanda est marqué à 1 m de leur extrémité (p.ex. par une autre couleur).

Compétition	Aire de combat	Zone de sécurité
Qingda	6 × 6 m - 8 × 8 m	2 m
Sanda	8 × 8 m	2 m
Taolu en individuel	14 × 8 m	2 m
Taolu en groupe	16 × 14 m	1 m

Chaque surface ou zone de compétition requiert, en quantités variant selon la discipline:

- tables et chaises pour les chronomètres;
- appareils de mesure du temps (chronomètres ou ordinateurs);
- tableau d'affichage officiel (un ou plusieurs panneaux électroniques ou un tableau d'affichage manuel);
- matériel pour écrire, fiches d'information et règlement de concours pour les chronomètres;
- gong ou sifflet à roulette;
- chaises pour les juges;
- dispositifs à boutons-presseurs ou à fanions pour les juges et les arbitres, selon la discipline;
- tables pour la direction générale de la compétition.

2.2 Tapis d'entraînement

Judo et ju-Jitsu

Les tapis d'entraînement ont une superficie minimale de 24 m². Cette aire ne doit comprendre aucun pilier ni colonne et avoir une largeur minimale de 3,50 m.

Karaté

Aucune forme minimale n'est définie, mais une aire d'entraînement devrait mesurer 10 × 10 m.

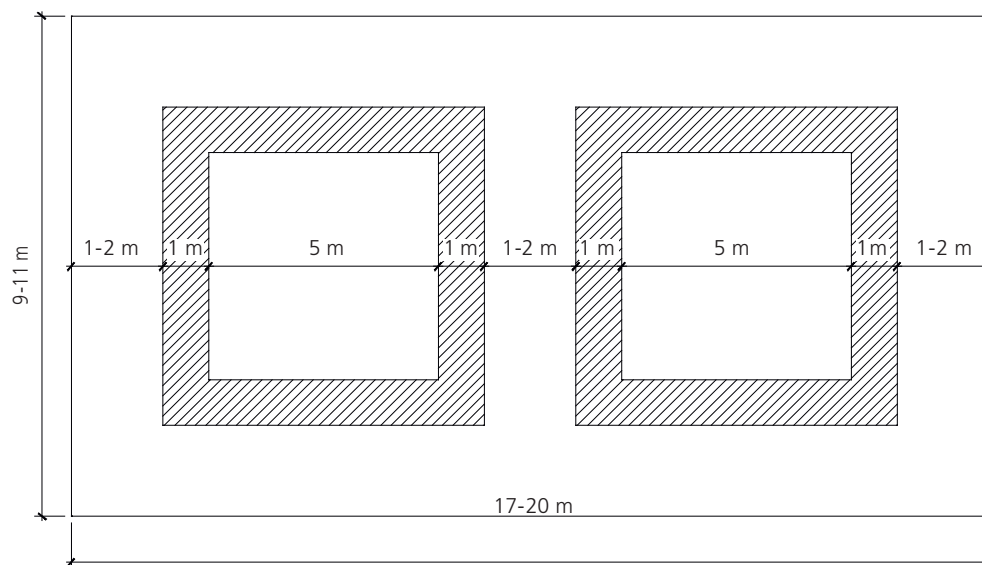
Taekwondo

Le nombre de pratiquants donne une indication sur la superficie nécessaire. Pour une classe de 20 personnes et plus, 80 à 100 m² sont recommandés.

Wushu

Aucune norme ne s'applique aux aires d'entraînement. Mais pour que l'exercice se rapproche de la compétition, elles devraient avoir au moins la grandeur d'une aire de concours.

2.3 Superficie des locaux à l'exemple du judo



La superficie des locaux découle de la superficie des tapis et de leur bordure. La superficie des tapis devrait correspondre à celle de l'aire d'entraînement la plus utilisée, et au moins à celle d'une aire de combat officielle.

Superficie minimale: 99 m²

Superficie recommandée: 153 m²

La superficie idéale d'une aire de combat double est de 220 m²

Dimensions minimales: 117 m² 9 × 13 m

Dimensions recommandées: 260 m² 13 × 20 m

En ce qui concerne la bordure des tapis, il est recommandé de laisser dégagée une bande de 2 m de largeur sur un côté au moins (passage, bancs, etc.).

Il est très difficile de trouver des locaux possédant les dimensions minimales, permettant d'appliquer le règlement de concours (en judo, ce point est important pour les compétitions interclubs).

2.4 Hauteur des locaux

Hauteur minimale: 2,8 m

Hauteur recommandée: 3,5-4,5 m

Hauteur minimale pour le wushu taolu: 8 m

2.5 Locaux annexes

Les dimensions des locaux suivants dépendent du nombre d'utilisateurs prévus:

Locaux nécessaires:

- Vestiaires 2
- Douches 2 (nombre de pommes = 30-50 % du nombre d'utilisateurs; avec dispositifs de nettoyage et de sprayage des pieds)
- WC 2
- Bureau 1

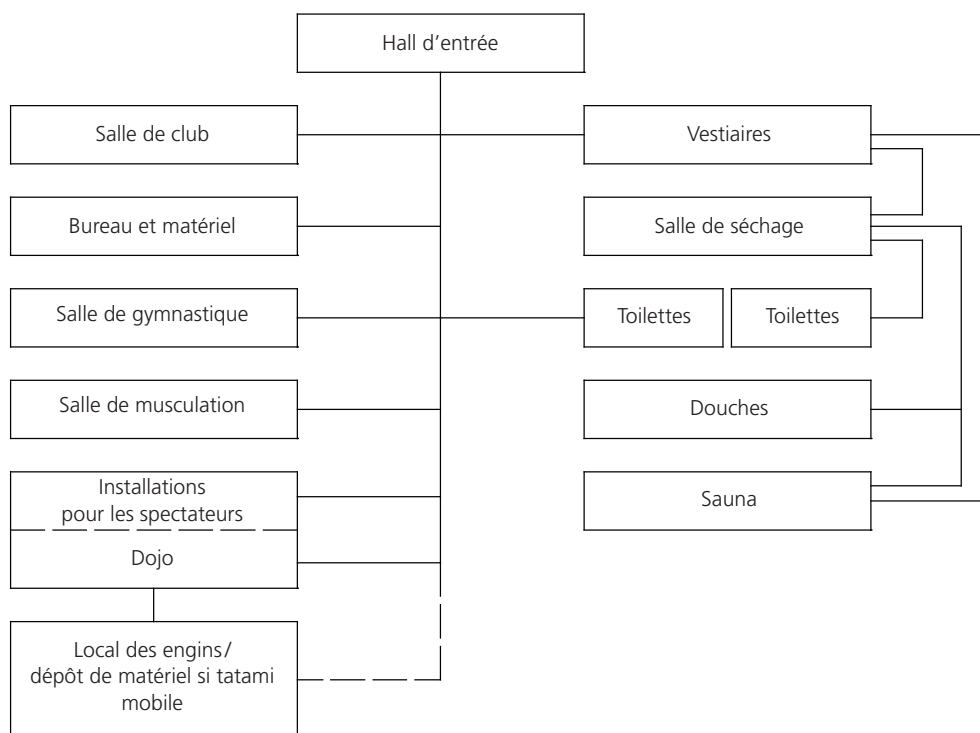
Locaux recommandés:

- Salle de club
- Salle de musculation/gymnastique
- Vestibule
- Infirmerie/salle de massage
- Eventuellement sauna

Engins d'exercice

En cas de besoin, les engins d'exercice nécessaires peuvent être installés dans les locaux d'entraînement. Il s'agira de sacs de sable, d'engins de frappe ou de musculation selon la discipline pratiquée. Ces engins ne devraient pas gêner l'entraînement. Il est recommandé de les installer dans des locaux annexes.

2.6 Schéma d'agencement des locaux



2.7 Local des engins en cas de tapis mobiles

Si les tapis sont rangés régulièrement ou occasionnellement, on accordera une importance particulière à leur transport ainsi qu'au local du matériel. Lorsque les tapis doivent être portés sur de longues distances ou franchir des passages étroits pour leur chariot de transport, ils risquent de s'user prématurément, de même que les revêtements des portes et des parois.

Transport de tapis

Dimensions standard des éléments de tapis pour le judo : généralement 1×2 m, éventuellement 1×1 m.

Transport de 20 tapis à la fois sur des chariots possédant idéalement une surface de chargement de 1×2 m ; les tapis de gymnastique, un peu plus petits, sont également suffisants.

1 chariot transporte 20 tapis = 40 m^2

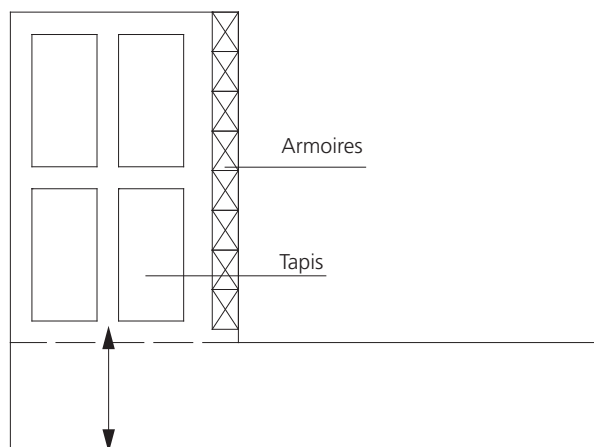
Local des engins :

- Accès aussi direct que possible, afin d'éviter des manœuvres délicates pour le chariot à tapis.

Le nombre de chariots à tapis détermine les dimensions du local des engins, qui incluront également l'espace nécessaire pour se mouvoir.

Local combiné pour les matelas et les engins

Env. $5 \times 3,5$ m pour 160 m^2 de tapis et diverses armoires



3. Equipement des installations de compétition et d'entraînement

3.1 Soubassement des tapis

Pour prévenir les blessures, les tapis ne devraient pas être posés directement sur un sol en béton, mais sur un soubassement élastique. L'idéal est un plancher flottant en bois, dont la souplesse est répartie en surface.

Autres possibilités:

Sol en lattes de bois posé sur des bandes de caoutchouc ou de mousse synthétique.

3.2 Bordure des tapis

Le sol bordant les tapis devrait se trouver à un niveau inférieur à leur surface, la différence de hauteur correspondant à l'écrasement du bord des tapis lors d'un impact (l'écrasement dépend de la dureté des tapis).

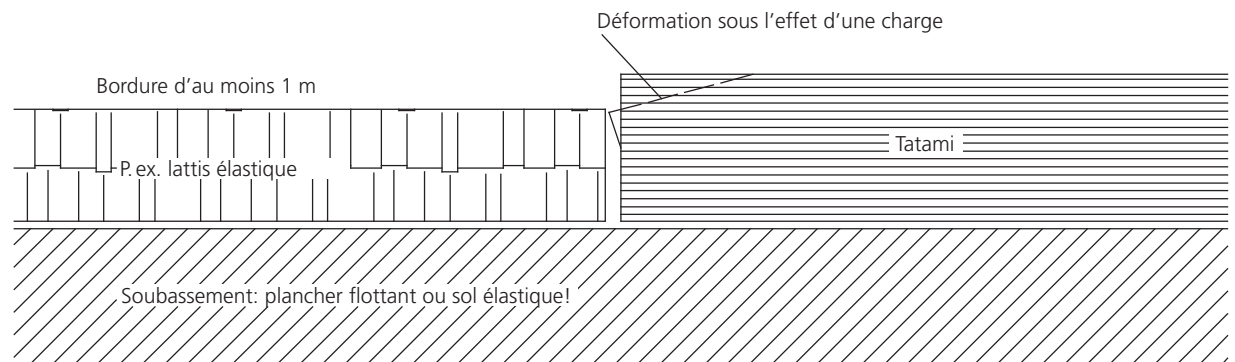
Si des tapis sont posés contre une paroi, on accordera une attention particulière à l'agencement de leur bordure.

Aucun aménagement susceptible de blesser un sportif lors d'une collision (colonne, meuble, engin de musculation ou de gymnastique, radiateur proéminent, etc.) ne doit se trouver dans le périmètre des tapis:

- les engins et les meubles se trouveront à 1 m au moins de l'aire de combat;
- les aménagements devant impérativement se trouver dans le périmètre des tapis de compétition seront capitonnés comme il convient.

Hygiène et entretien des tatamis

Les tatamis devraient être nettoyés une fois par semaine au moyen d'un aspirateur et d'un désinfectant. Ils doivent être parfaitement propres. Les taches de sang seront éliminées avec de l'alcool à 70° ou de l'eau de Javel.



Tatami (judo)

Les éléments de tapis étaient traditionnellement des rectangles de 1,83 × 91,5 cm, ou moins selon les régions japonaises.

Actuellement, les tatamis mesurent 1 × 1 m ou 1 × 2 m. Ils sont généralement en mousse synthétique. Ils doivent être de bonne qualité pour pouvoir absorber les chutes des judokas, et recouverts d'une couche de plastique ni trop glissante, ni trop rugueuse, constituée par exemple de vinyle.

Tapis d'entraînement et de compétition pour le taekwondo, le karaté et le wushu

Le sol d'un dojang de taekwondo ou d'un dojo doit être conçu de manière à permettre un entraînement pieds nus. Là où aucune compétition n'est organisée, le sol peut aussi être formé de parquet ou d'autres matériaux. Dans les locaux d'entraînement, il est recommandé d'appliquer autant que possible des tapis emboîtables utilisés en compétition. Pour le wushu, on posera de préférence des tapis emboîtables épais, offrant un meilleur amortissement.

En compétition, l'aire de combat proprement dite et la zone de sécurité sont différenciées par la couleur des tapis.

Tapis d'entraînement et de compétition pour le wushu taolu

Le taolu peut être pratiqué sur trois types de sols:

- tapis de compétition pour les formes standard et le taiji;
- plate-forme de compétition pour les formes libres (IWUF);
- surface de compétition pour les formes libres (EWUF).

La Fédération européenne de wushu (EWUF) permet de remplacer la plate-forme de compétition de l'IWUF par des tapis de gymnastique d'une épaisseur minimale de 40 mm.

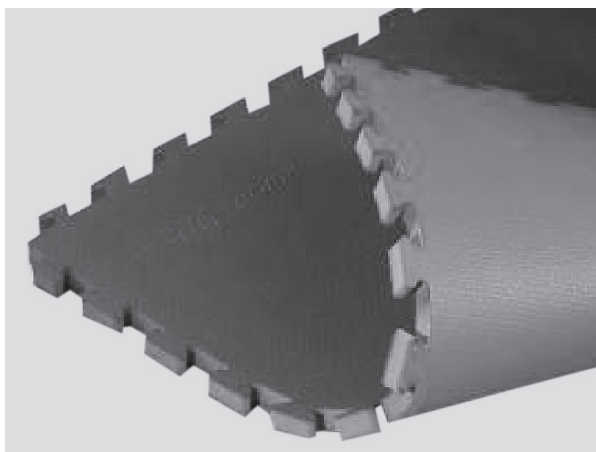
Les aires de compétition sont délimitées par un bord blanc de 5 cm de largeur. La distance entre deux aires de compétition de taolu doit être de 6 m au moins.

Plate-forme de combat pour le wushu sanda

Les compétitions de sanda devraient se disputer sur une plate-forme haute de 60-80 cm. Mesurant 8 x 8 m, elle sera bordée par un tapis de protection de 2 m de largeur et 15 cm au moins de hauteur.

Pour les compétitions régionales et locales, on peut aussi se passer de plate-forme; dans ce cas, la surface de tapis de 8 x 8 m sera prolongée par le pourtour de sécurité de 2 m de largeur.

Le nettoyage et l'entretien des tapis emboîtables doivent être conformes aux instructions du fabricant.



3.3 Parois

Les parois bordant directement les tapis

- ne doivent présenter aucune arête, angle ou gradin coupant ou saillant, ni aucun aménagement proéminent (radiateur, traverse de fenêtre, etc.);
- devraient être capitonnées jusqu'à une hauteur de 1,7 m au moins, 2 m étant recommandés (tapis de mousse synthétique dure, tapis de judo ou de gymnastique, panneaux anticollisions, etc.);
- La fixation de ce rembourrage (lattes, crochets, vis) ne doit présenter aucun risque de blessure.

Lorsque des miroirs sont appliqués contre une paroi, ils se trouveront à 1 m au moins du bord du tapis et ils seront recouverts d'une feuille de plastique ou d'une autre couche permettant d'éviter la formation d'éclats de verre en cas de bris.

Les vitres situées à moins de 1 m du bord du tapis doivent être protégées jusqu'à une hauteur de 2 m. Si une fenêtre se trouve à plus de 1,70 m du bord du tapis, le verre devrait être recouvert d'une couche de plastique ou d'un autre matériau. Le verre armé est interdit.

Le principe de la «paroi lisse» s'applique aussi aux anciens bâtiments industriels, afin que le risque d'accident reste le plus faible possible.

3.4 Ventilation

Il faut veiller à ce que le dojo ou le dojang soit suffisamment aéré. L'installation de ventilation sera dimensionnée de manière à ce que chaque budoka dispose d'environ 10 m³ d'air frais par heure. Elle doit être facile à régler sur une large plage.

- Les locaux hauts de plafond présentent un grand avantage du fait de la réserve d'air qu'ils renferment;
- l'introduction d'air frais (installation mécanique ou fenêtre) ne devrait provoquer tout au plus qu'un léger courant d'air.

L'installation de ventilation peut être combinée avec un chauffage par apport d'air chaud.

3.5 Chauffage

Comme l'effet isolant des tatamis empêche d'appliquer un chauffage au sol dans la salle d'entraînement, seul le chauffage par apport d'air chaud ou au moyen de radiateurs entre en ligne de compte.

Les radiateurs devraient être de type «panneaux» (parois chauffantes, convecteurs sans lamelles du côté des locaux). S'ils doivent être installés directement au bord du tapis, ils seront encastrés dans des niches de manière à ne pas déborder du plan de la paroi. On les capitonnera dans la mesure du possible, tout en aménageant les espaces nécessaires à la circulation d'air.

En vertu de la norme 201 applicable aux salles de sport, les calculs admettront les températures suivantes:

- locaux utilisés pour le sport 14 - 16° C
- locaux annexes 18 - 22° C

et appliqueront une humidité relative de 40 - 50 %.

3.6 Eclairage

En vertu de la norme SLG, une intensité lumineuse de 150-300 lux est suffisante pour les locaux d'entraînement. Nous recommandons 200-250 lux. Mais l'intensité lumineuse doit pouvoir être portée à 300 lux, voire 500, dans les dojos accueillant des compétitions qui attirent de nombreux spectateurs.

Ce cas est certainement exceptionnel en Suisse, car la plupart des compétitions se déroulent dans des salles de sport bien éclairées.

3.7 Equipement

Mobilier nécessaire:

- 1 table
- 5 chaises ou un banc pour 3 personnes plus 2 chaises
- des bancs ou des chaises pour les spectateurs
- 1 tableau d'affichage

Sont en outre recommandés:

- 1 vitrine
- 1 horloge murale
- un dépôt de montres, bijoux, etc., ou des casiers pour objets de valeur.

Matériel de premier secours:

- si aucun téléphone n'est accessible, on affichera une liste de numéros d'urgence (hôpital, médecin, police, etc.);
- une pharmacie bien dotée et contrôlée régulièrement comprendra les articles suivants: tapes, poches à glace ou spray réfrigérant, pansements adhésifs (normaux et sparadrap), ouate/gaze hémostatique, bandages, désinfectant, ciseaux, triangles de tissu, masque de bouche à bouche.

4. Aménagement d'un dojo/dojang

L'aménagement d'un local dans lequel des tatamis ou des tapis emboîtables sont posés n'est pas laissé au hasard et ne poursuit pas un but décoratif. Il y a lieu de l'«adapter matériellement» aux disciplines du budo de manière à permettre de:

- prodiguer le meilleur enseignement possible;
- respecter les sportifs, en assurant l'hygiène et la sécurité;
- respecter le lieu, en assurant l'ordre et la propreté;
- respecter l'éthique, qui régit les relations entre tous les protagonistes.

4.1 Tatami (judo)

Toute surface équipée de tatamis est carrée ou rectangulaire et entourée d'une zone de circulation. Elle a donc toujours quatre côtés. Au Japon, chacun d'entre eux a un nom spécifique et une fonction particulière. Ces fonctions sont les mêmes chez nous. La désignation japonaise est conservée, car il n'en existe aucune traduction simple.

4.2 Kamiza (judo)

Le centre symbolique du dojo est nommé «kamiza», ce qui signifie «place d'honneur» ou «rang supérieur». Cet emplacement privilégié est réservé à l'instructeur, aux hôtes de marque et aux invités officiels. Leurs sièges peuvent être installés au bord du tatami, en position légèrement surélevée (marche d'escalier). Dans les dojos orientaux, un grand portrait du maître Jigoro Kano ou d'un autre maître de budo est habituellement accroché à la paroi située derrière la place d'honneur (shomen). On peut également y apposer des tableaux exposant les principes du judo ou du ju-jitsu, le but des règles de comportement et les idéaux de la discipline. L'ornementation du dojo dépend des préférences de son responsable.

4.3 Shimoza (judo)

Le côté opposé au kamiza est nommé «shimoza». Tous les élèves s'y asseyent en attendant d'être accueillis selon l'étiquette du dojo.

4.4 Joseki et shimozeki (judo)

Lorsqu'on se trouve du côté shimoza, face au kamiza, le côté droit est nommé «joseki» et le gauche «shimozeki», le joseki étant le plus élevé. Lorsque les élèves s'asseyent du côté shimoza, ils se disposent en plusieurs rangées selon le grade et l'ancienneté dans le grade, les plus capés s'asseyant du côté joseki.

Entrée sur le tatami

On entre sur le tatami du côté shimoza, ou éventuellement shimozeki. Il est interdit de marcher pieds nus hors du tatami. Avant de pénétrer dans le dojo pour se saluer, on range soigneusement les zoris (sandales en bambou) ou les chaussures.

Grâce à ces règles simples, le rang et la position de chaque personne sont fixés, ce qui permet d'assurer les meilleures conditions de sécurité, d'hygiène et de relations humaines.

5. Bibliographie

Règlements:

- Fédération suisse de judo et ju-jitsu (FSJ), Talgutzentrum 27, 3063 Ittigen b. Bern, office@sjv.ch
- F.F.J.D.A: Textes techniques saison 2006/2007
- Fédération suisse de karaté (FSK), Udelbodenstrasse 73, 6014 Littau, svk@karate.ch
- Règlement de la Fédération mondiale de karaté (FMK)
- Règlement de concours de la Fédération mondiale de teakwondo (FMT)
- Fédération suisse de wushu (FSW), Edenstrasse 20, 8045 Zurich, www.swisswushu.ch
- Fédération européenne de wushu (EWUF), www.ewuf.org
- Fédération internationale de wushu (IWUF), www.iwuf.org

Editeur:

Office fédéral du sport OFSPO, Macolin
Installations sportives

541 – Installations de budo – Bases de planification

Groupe de travail:

Thomas Kläy, Swiss Taekwondo

Raffaella Léchet, OFSPO

Claude Poffet, Fédération suisse de judo et ju-jitsu

Zeno Streich, Fédération suisse de wushu

Roland Zolliker, Fédération suisse de karaté

Photos: Lukas Fleischer, Weinfelden

Edition: 2010

Droit de reproduction: Office fédéral du sport OFSPO

Diffusion:

Office fédéral du sport OFSPO

Services des installations sportives

2532 Macolin

Courriel: sportanlagen@baspo.admin.ch

Internet: www.ofspo.ch