



Regulamento: Programa de graduação de *Taichi*

Conteúdo

Regulamento: Programa de graduação de <i>Taichi</i>	1
Introdução.....	2
Regras gerais	3
Regras específicas	4
Graduação para externos ao Instituto	5
Valores aplicados e pressupostos finais	6



Introdução

Este documento pretende delinear as regras pelo qual se segue o programa de graduação de *Taichi*, do Instituto Português de *Taichi* e *Chikung*.

Com origem na China, o *Taichi* Chuan é uma prática de base marcial, isto é, com movimento de origem nas artes marciais para defesa pessoal. Assim, faz todo o sentido que seja oferecida a opção, ao praticante, de seguir um modelo de graduação.

A graduação é um ato de reconhecimento interno do Instituto, no entanto, pretende oferecer um modelo geral específico para o *Taichi* de vertente terapêutica e marcial, num âmbito nacional e pelo qual outras organizações se deverão seguir, pela sua exigência, seriedade e adequação.

Este programa de graduação é certificado pelo Instituto Português de *Taichi* e *Chikung* e pode ser realizado por externos.



Regras gerais

Na globalidade, o programa de graduação compreende quinze níveis divididos em 3 patamares, dos quais:

- ◆ Um patamar de cariz introdutório;
- ◆ Um patamar de cariz intermédio;
- ◆ Um patamar de cariz avançado;

O patamar introdutório, contendo 5 níveis denominados por “*Ji*”, tem uma ordem nominal decrescente, no qual se aplica um cinturão tradicional de cor branca, dividindo-se os 5 níveis por listas vermelhas (1- 4º *Ji*, 2- 3º *Ji*, 3- 2º *Ji*, 4- 1º *Ji*).

O patamar intermédio, contendo 5 níveis denominados por “*Duan*”, tem uma ordem nominal crescente, no qual se aplica um cinturão tradicional de cor vermelha, dividindo-se os 5 níveis por listas de cor negra (1- 2º *Duan*, 2- 3º *Duan*, 3- 4º *Duan*, 4- 5º *Duan*).

O patamar avançado, contendo 5 níveis denominados por “*Duan*”, tem uma ordem nominal crescente sequencial do patamar anterior, no qual se aplica um cinturão tradicional de cor negra, dividindo-se os 5 níveis por listas de cor dourada (1- 7º *Duan*, 2- 8º *Duan*, 3- 9º *Duan*, 4- 10º *Duan*).

Cada nível respeita um tempo específico mínimo de prática, não existindo um tempo de prática máximo para obtenção da respetiva graduação.

Até ao 5º *Duan*, o praticante tem a possibilidade de se auto-candidatar a exame, podendo também ser indicado pelo orientador responsável.

Até ao 5º *Duan*, o exame deve ser realizado em público, em exame geral organizado anualmente, pelo Instituto Português de *Taichi* e *Chikung*.



Regras específicas

Para o acesso ao programa de graduação, os propostos internos deverão ter em conta os requisitos apresentados no seguinte quadro:

Graduação	tempo*	Cor	lista	Matéria**
5º Ji	6 meses	Branco	n/a	a) <i>Wu Qin Xiao Shao Yin Taiji Quan Taolu</i> b) 1 Técnica de defesa-pessoal
4º Ji	1 ano	Branco	1 vermelho	a) <i>Wu Qin Da Shao Yin Taiji Quan Taolu</i> b) <i>Xiao Shao Yin Taiji Shan Taolu</i> c) 1 Técnica de defesa-pessoal
3º Ji	2 anos	Branco	2 vermelho	a) <i>He yu She Shao Yin Taiji Quan Taolu</i> b) <i>Xiao Chen Taiji Quan</i> c) 1 Técnica de defesa-pessoal
2º Ji	3 anos	Branco	3 vermelho	a) <i>16-mov. Peking Taiji Quan Taolu</i> b) 1 Técnica de defesa-pessoal
1º Ji	4 anos	Branco	4 vermelho	a) <i>24-mov. Peking Taiji Quan Taolu</i> b) 1 Técnica de defesa-pessoal
1º Duan	6 anos	Vermelho	n/a	a) <i>Yin-yang Shao Yin Taiji Shan Taolu (Yin)</i> b) 1 Técnica de defesa-pessoal
2º Duan	8 anos	Vermelho	1 negro	a) <i>Gan Jiang Shao Yin Taiji Jian Taolu</i> b) 1 Técnica de defesa-pessoal
3º Duan	10 anos	Vermelho	2 negro	a) <i>Da Shao Yin Taiji Quan Taolu</i> b) 1 Técnica de defesa-pessoal
4º Duan	12 anos	Vermelho	3 negro	a) <i>Yin-yang Shao Yin Taiji Shan Taolu (Yin + Yang)</i> b) 1 Técnica de defesa-pessoal
5º Duan	15 anos	Vermelho	4 negro	a) <i>Gan Jiang + Mo Ye Shao Yin Taiji Jian Taolu</i> b) 1 Técnica de defesa-pessoal
6º Duan	20 anos	Negro	n/a	a) <i>Yang Sheng Taiji Jian Taolu</i> b) 1 Técnica de defesa-pessoal
7º Duan	n/a	Negro	1 dourado	***
8º Duan	n/a	Negro	2 dourado	***
9º Duan	n/a	Negro	3 dourado	***
10º Duan	n/a	Negro	4 dourado	***

*O tempo de prática é contínuo e pré-requisito.

**A matéria é apresentada em exame de forma cumulativa, desta forma o candidato deverá preparar toda a matéria correspondente ao nível a que se inscreve, para além da matéria correspondente a níveis anteriores.

***A matéria não está definida.



Graduação para externos ao Instituto

A graduação poderá ser realizada por estudantes de outros sistemas/escolas mediante inscrição específica no exame de graduação e proposta formal de correspondência/substituição de requisitos específicos.

O praticante externo deverá, dentro do possível, apresentar provas que atestem tempo de prática correspondente ao nível a que se propõe.



Valores aplicados e pressupostos finais

Exame praticante interno Instituto Português de *Taichi* e *Chikung*: 35€

Exame praticante externo c/ submissão de proposta de matéria alternativa: 75€

Exame concluído com sucesso

- ◆ O candidato receberá cinturão/lista correspondente
- ◆ O candidato receberá certificado de graduação

Exame não concluído com sucesso

- ◆ O candidato terá a oportunidade de realizar recurso, a ser realizado até não mais de 30 dias da data oficial do exame.
- ◆ Caso o candidato opte por não realizar o exame de recurso, o valor do exame será transportado para o exame seguinte.

Qualquer regra deste regulamento poderá ser alterada a qualquer momento sem aviso prévio, mediante publicação.

Maia, 19 de Junho de 2020

retificado a:

- 08 de Novembro de 2021
- 28 de Fevereiro de 2023
- 13 de janeiro de 2026

O diretor do instituto: