

PROGRAMME EXAMEN ... 5 EME DAN ...

POOMSAE

Imposé par le Grade	Pyoungwon
Choisi par le candidat	Koryo ou Keumgang ou Taeback
Imposé par le jury	Entre Il et Pal jang

Les principaux critères de cotations sont :

- ✚ L'exatitute du shcéma
- ✚ L'exatitute des positions
- ✚ L'exatitute des techniques de M.I
- ✚ L'exatitute des techniques de M.S
- ✚ La puissance
- ✚ L'Harmonie

BAN CHAKYU TAERYON

Durée	1'
-------	----

Les principaux critères de cotations sont :La distance

- ✚ Le timing
- ✚ L'exatitute des techniques et frappes des M.I
- ✚ L'exatitute des déplacements
- ✚ La puissance
- ✚ La variété des techniques, des déplacements, des coups de pieds
- ✚ L'exécution globale

TRAVAIL ECRIT

Un travail écrit sur le TKD à transmettre en 4 exemplaires au secrétariat qui assure le suivi aux membres du jury.

Se référer au doc « Passage de grade » présent sur le site www.abft.be pour les explications complètes de chaque partie.