

**L'évaluation du Kieupa**  
**Fiche résumant les paramètres de l'évaluation**

Lors de cette épreuve, le succès d'une casse sera évalué sur base des critères de réussite suivants :

1. Casser la (les) planchette(s).  
La casse de la (des) planche(s) est indispensable à la réussite de cette épreuve.
2. La bonne partie anatomique du pied.  
Lors du coup de pied, la bonne partie du pied rentre en contact de la planchette.
3. Garder l'équilibre.  
Lors de la réception au sol, après un coup de pied sauté, seuls les pieds peuvent entrer en contact avec le sol.
4. Si le coup de pied est sauté, à l'impact, les deux pieds doivent être hors sol.
5. Le coup de pied devra être réalisé correctement en suivant les standards techniques. Les cinq temps devront être identifiables et correctement réalisés.

**Pour réussir l'épreuve**

**1. Evaluation de l'épreuve Kieupa**

Pour réussir l'évaluation de l'épreuve, le candidat doit avoir au moins 4 éléments qualitatifs sur 5 qualifiés de « Bon » dont la casse de la (des) planche(s) et le maintien de l'équilibre.

**Remarques :**

- Le candidat pourra faire deux tentatives pour casser la (les) planche(s). S'il ne casse pas la (les) planche(s) à la deuxième tentative, l'épreuve sera considérée en échec.
- Lors du passage de grade de 1<sup>er</sup> dan, le candidat devra casser la planchette lors des deux coups de pied à réaliser. S'il n'en casse aucune, ou s'il n'en casse qu'une, il sera en échec pour cette épreuve.
- Lors d'un coup de pied, si le candidat tombe (si au moins une main touche le sol) lors du premier essai, il pourra recommencer sa casse une seconde fois. S'il tombe à nouveau (si au moins une main touche le sol), il sera en échec.