

AIDE NOTATION 1er DAN		Candidat(e) 1		Candidat(e) 2		Candidat(e) 3		Candidat(e) 4		Candidat(e) 5		Candidat(e) 6		Candidat(e) 7		COMMENTAIRES	
Noms																	
A	Poomse	/20	P1	P2		P1	P2		P1	P2		P1	P2		P1	P2	Aménagement +60 ans
	Respect des techniques et du diagramme	/5															Pal jang + 1 TAEGUEUG tiré au sort entre le 1er et le 7eme
	Maîtrise, précision, équilibre, stabilité	/5															
	Rythme, respiration, concentration, regard	/5															
	Puissance	/5															
	Total/40																
	Kibon	/30	6 Enchainements		Tirage au sort 6 cartes 1er Dan												
C	Maîtrise technique, précision, concentration	/8															2 cartes Membres sup + position
	Puissance, efficacité, vitesse d'exécution	/8															2 cartes Membres inf + position
	Connaissance de la terminologie	/7															2 cartes Mbres sup + inf + position
	Équilibre, stabilité	/7															Aménagement +60 ans
	Total																
	Han bon kyorugui	/20	6 techniques		Aménagement +60 ans												
	Maîtrise, équilibre, efficacité	/5															2 techniques Mbre Supérieurs
C	Variété, difficulté, réalisme	/5															2 techniques Mbre Inférieurs
	Précision des techniques, concentration	/5															2 techniques coups de pieds sautés
	Vitesse de réaction et d'exécution	/5															
	Total																
	Hoshinsoul	/20	5 techniques		5 techniques saisies poignets												
	Maîtrise et précision des techniques contrôlées	/5															Saisie croisée
	Équilibre, stabilité	/5															Saisies directe (miroir)
C	Réalisme, efficacité	/5															Saisie 1 poignet à deux mains
	Concentration, détermination	/5															Saisie 2 poignets de face
	Total																Saisie 2 poignets de dos
	Kyorugui	/30	R1/15	R2/15		R1/15	R2/15		R1/15	R2/15		R1/15	R2/15		R1/15	R2/15	2 rounds de 1mn
	Précision des gestes	/3															Aménagement +60 ans
	Sens tactique et stratégies mises en place	/5															
	Qualité des techniques utilisées	/5															
C	Combativité	/2															
	Total																
COMMENTAIRES :																	
QCM durée 15 mn																	
Poomsae - Aménagement +60 ans : Les coups de pied en hauteur pourront être réalisés au niveau moyen et les coups de pied sautés peuvent être remplacés par des coups de pied au sol																	
Tirage au sort Kibon - Aménagement +60 ans : Les coups de pied en hauteur pourront être réalisés au niveau moyen et les coups de pied sautés peuvent être remplacés par des coups de pied au sol																	
Han bon kyorugui - Aménagement +60 ans : les coups de pied sautés peuvent être remplacés par des coups de pied au sol.																	
Kyorugui - Aménagement +60 ans : rounds en mode « Assauts » (échanges avec un partenaire d'enchaînements de deux coups pied chacun sans touches)																	

AIDE NOTATION 2È DAN		Candidat(e) 1		Candidat(e) 2		Candidat(e) 3		Candidat(e) 4		Candidat(e) 5		Candidat(e) 6		Candidat(e) 7		COMMENTAIRES	
Noms																	
A	Poomse	/20	P1	P2		P1	P2		P1	P2		P1	P2		P1	P2	Aménagement +60 ans
	Respect des techniques et du diagramme	/5															Koryo + 1 TAEGUEUG tiré au sort entre le 1er et le 8eme
	Maîtrise, précision, équilibre, stabilité	/5															
	Rythme, respiration, concentration, regard	/5															
	Puissance	/5															
	Total/40																
	Kibon	/30	6 Enchainements		6 Enchainements		Tirage au sort 6 cartes 2è Dan										
	Maîtrise technique, précision, concentration	/8											2 cartes Membres sup + position				
C	Puissance, efficacité, vitesse d'exécution	/8											2 cartes Membres inf + position				
	Connaissance de la terminologie	/7											2 cartes Mbres sup + inf + position				
	Équilibre, stabilité	/7											Aménagement +60 ans				
	Total																
	Han bon kyorugui	/20	6 techniques		6 techniques		Aménagement +60 ans										
	Maîtrise, équilibre, efficacité	/5											2 techniques Mbre Supérieurs				
	Variété, difficulté, réalisme	/5											2 techniques Mbre Inférieurs				
	Précision des techniques, concentration	/5											2 techniques coups de pieds sautés				
C	Vitesse de réaction et d'exécution	/5															
	Total																
	Hoshinsoul	/20	5 techniques		5 techniques		2 techniques saisie revers du col										
	Maîtrise et précision des techniques contrôlées	/5											à une main face (bras semi fléchi)				
	Équilibre, stabilité	/5											Double saisie du col de face				
	Réalisme, efficacité	/5											+ 3 techniques prog 1er dan				
	Concentration, détermination	/5															
	Total																
C	Kyorugui	/30	R1/15	R2/15		R1/15	R2/15		R1/15	R2/15		R1/15	R2/15		R1/15	R2/15	2 rounds de 1mn
	Précision des gestes	/3															Aménagement +60 ans
	Sens tactique et stratégies mises en place	/5															
	Qualité des techniques utilisées	/5															
	Combativité	/2															
	Total																
COMMENTAIRES :																	
QCM durée 15 mn																	
Tirage au sort Kibon - Aménagement +60 ans : Les coups de pied en hauteur pourront être réalisés au niveau moyen et les coups de pied sautés peuvent être remplacés par des coups de pied au sol																	
Tirage au sort 3 techniques programme 1er dan Hoshinsoul																	
Poomsae - Aménagement +60 ans : Les coups de pied en hauteur pourront être réalisés au niveau moyen et les coups de pied sautés peuvent être remplacés par des coups de pied au sol																	
Han bon kyorugui - Aménagement +60 ans : les coups de pied sautés peuvent être remplacés par des coups de pied au sol.																	
Kyorugui - Aménagement +60 ans : rounds en mode « Assauts » (échanges avec un partenaire d'enchaînements de deux coups pied chacun sans touches)																	

AIDE NOTATION 4È DAN			Candidat(e) 1			Candidat(e) 2			Candidat(e) 3			Candidat(e) 4			Candidat(e) 5			Candidat(e) 6			Candidat(e) 7			COMMENTAIRES	
Noms																									
A	Poomse	/20	P1	P2	P3	Aménagement +60 ans																			
	Respect des techniques et du diagramme	/5																							Taebek imposé + Keumgan ou Koryo tiré au sort + 1 TAEGUEUG tiré au sort entre le 1er et le 8eme
	Maîtrise, précision, équilibre, stabilité	/5																							
	Rythme, respiration, concentration, regard	/5																							
	Puissance	/5																							
	Total/40																								
	Kibon	/30	6 Enchainements			Tirage au sort 6 cartes 4è Dan																			
C	Maîtrise technique, précision, concentration	/8																							2 cartes Membres sup + position
	Puissance, efficacité, vitesse d'exécution	/8																							2 cartes Membres inf + position
	Connaissance de la terminologie	/7																							2 cartes Mbres sup + inf + position
	Équilibre, stabilité	/7																							Aménagement +60 ans
	Total																								
	Han bon kyorugui	/20	6 techniques			Aménagement +60 ans																			
	Maîtrise, équilibre, efficacité	/5																							2 techniques Mbre Supérieurs
C	Variété, difficulté, réalisme	/5																							2 techniques Mbre Inférieurs
	Précision des techniques, concentration	/5																							2 techniques coups de pieds sautés
	Vitesse de réaction et d'exécution	/5																							
	Total																								
	Hoshinsoul	/20	5 techniques			3 techniques programme 4è dan																			
	Maîtrise et précision des techniques contrôlées	/5																							Etranglement à 2 mains de face
	Équilibre, stabilité	/5																							Ceinturage de face, 2 bras libres
C	Réalisme, efficacité	/5																							Ceinturage arrière bras pris
	Concentration, détermination	/5																							+ 2 techniques prog 1, 2 ou 3è Dan
	Total																								
	Kyorugui	/30	R1/15	R2/15		2 rounds de 1mn																			
	Précision des gestes	/3																							Aménagement +60 ans
	Sens tactique et stratégies mises en place	/5																							
	Qualité des techniques utilisées	/5																							
	Combativité	/2																							
	Total																								
COMMENTAIRES :																									
QCM durée 15 mn																									
Tirage au sort Kibon - Aménagement +60 ans : Les coups de pied en hauteur pourront être réalisés au niveau moyen et les coups de pied sautés peuvent être remplacés par des coups de pied au sol																									
Tirage au sort 2 techniques du programme 1er, 2e ou 3è dan Hoshinsoul																									
Poomsae - Aménagement +60 ans : Les coups de pied en hauteur pourront être réalisés au niveau moyen et les coups de pied sautés peuvent être remplacés par des coups de pied au sol																									
Han bon kyorugui - Aménagement +60 ans : les coups de pied sautés peuvent être remplacés par des coups de pied au sol.																									
Kyorugui - Aménagement +60 ans : rounds en mode « Assauts » (échanges avec un partenaire d'enchaînements de deux coups pied chacun sans touches)																									

AIDE NOTATION 5È DAN			Candidat(e) 1			Candidat(e) 2			Candidat(e) 3			Candidat(e) 4			Candidat(e) 5			Candidat(e) 6			Candidat(e) 7			COMMENTAIRES
Noms																								
A	Poomse	/20	P1	P2	P3	P1	P2	P3	Aménagement +60 ans															
	Respect des techniques et du diagramme	/5																						Pyonwon imposé, Koryo, Keumgan ou Taebek, proposé + 1 TAEGUEUG entre Sa jang et Pal jang tiré au sort
	Maîtrise, précision, équilibre, stabilité	/5																						
	Rythme, respiration, concentration, regard	/5																						
	Puissance	/5																						
	Total/40																							
	Kibon	/30	6 Enchainements			Tirage au sort 6 cartes 5è Dan																		
	Maîtrise technique, précision, concentration	/8																						2 cartes Membres sup + position
	Puissance, efficacité, vitesse d'exécution	/8																						2 cartes Membres inf + position
	Connaissance de la terminologie	/7																						2 cartes Mbres sup + inf + position
	Equilibre, stabilité	/7																						Aménagement +60 ans
	Total																							
C	Han bon kyorugui	/20	6 techniques			6 techniques			Aménagement +60 ans															
	Maîtrise, équilibre, efficacité	/5																						2 techniques Mbre Supérieurs
	Variété, difficulté, réalisme	/5																						2 techniques Mbre Inférieurs
	Précision des techniques, concentration	/5																						2 techniques coups de pieds sautés
	Vitesse de réaction et d'exécution	/5																						
	Total																							
	Hoshinsoul	/20	5 techniques			5 techniques			Dégagement en utilisant les points vitaux : Etranglement Ceinture de face, bras non pris Saisie de la ceinture + 2 techniques du programme 1er, 2e, 3e ou 4e dan demandé par le Jury															
	Maîtrise et précision des techniques contrôlées	/5																						
	Equilibre, stabilité	/5																						
	Réalisme, efficacité	/5																						
	Concentration, détermination	/5																						
	Total																							
Ky	Kyorugi	/30	R1/15	R2/15		R1/15	R2/15		2 rounds de 1mn															
	Précision des gestes	/3																						Aménagement +60 ans
	Sens tactique et stratégies mises en place	/5																						
	Qualité des techniques utilisées	/5																						
	Combativité	/2																						
	Total																							
COMMENTAIRES : QCM durée 15 mn Tirage au sort Kibon - Aménagement +60 ans : Les coups de pied en hauteur pourront être réalisés au niveau moyen et les coups de pied sautés peuvent être remplacés par des coups de pied au sol Tirage au sort 2 techniques du programme 1er, 2e ou 3e dan Hoshinsoul Poomsae - Aménagement +60 ans : Les coups de pied en hauteur pourront être réalisés au niveau moyen et les coups de pied sautés peuvent être remplacés par des coups de pied au sol Han bon kyorugui - Aménagement +60 ans : les coups de pied sautés peuvent être remplacés par des coups de pied au sol. Kyorugi - Aménagement +60 ans : rounds en mode « Assauts » (échanges avec un partenaire d'enchaînements de deux coups pied chacun sans touches)																								

AIDE NOTATION 6È DAN			Candidat(e) 1			Candidat(e) 2			Candidat(e) 3			Candidat(e) 4			Candidat(e) 5			Candidat(e) 6			Candidat(e) 7			COMMENTAIRES	
Noms																									
A	Poomse	/20	P1	P2	P3	Aménagement +60 ans																			
	Respect des techniques et du diagramme	/5																							
	Maîtrise, précision, équilibre, stabilité	/5																						Jitae imposé, + 1 Poumsé proposé parmi : Sipjin, Koryo, Keumgan, Taebek ou Pyonwon +1 Poumsé tiré au sort parmi : Sipjin, Koryo, Keumgan, Taebek ou Pyon won (différent du Poumsé proposé)	
	Rythme, respiration, concentration, regard	/5																							
	Puissance	/5																							
	Total/40																								
	Eung Yong Kisoul	/30	Application			Aménagement +60 ans																			
B	Exposé oral	/4																							Démonstration technique commentée et application avec un partenaire des mouvements clés du Poumsés du module A.
	Analyse technique et terminologique des principaux mouvements clés du Poumsé	/12																							
	Applications techniques avec partenaire(s) Kibon	/7																							
	Applications techniques avec partenaire(s) Hoshinsul	/7																							
	Total																								
	Hoshinsoul	/20	5 techniques			- 5 enchainements libres dont 2 ripostes exécutées sur des attaques au couteau																			
	Maîtrise et précision des techniques contrôlées	/5																							
	Equilibre, stabilité	/5																							
	Réalisme, efficacité	/5																							
	Concentration, détermination	/5																							
	Total																								
COMMENTAIRES :																									
Poomsae - Aménagement +60 ans : Les coups de pied en hauteur pourront être réalisés au niveau moyen et les coups de pied sautés peuvent être remplacés par des coups de pied au sol																									

AIDE NOTATION 7È DAN			Candidat(e) 1			Candidat(e) 2			Candidat(e) 3			Candidat(e) 4			Candidat(e) 5			Candidat(e) 6			Candidat(e) 7			COMMENTAIRES	
Noms																									
A	Poomse	/20	P1	P2	P3	Aménagement +60 ans																			
	Respect des techniques et du diagramme	/5																							
	Maîtrise, précision, équilibre, stabilité	/5																						Chunkwon imposé, +1 Poums. proposé parmi : Koryo, Keumgan, Taebek, Pyon Won, Sipjin ou Jitae. +1 Un Poumsé tiré au sort parmi : Jitae, Koryo, Keumgan, Taebek, Pyon Won, Sipjin, ou Jitae Poumsé (différent du Poumsé proposé)	
	Rythme, respiration, concentration, regard	/5																							
	Puissance	/5																							
	Total/40																								
	Eung Yong Kisoul	/30	Application			Aménagement +60 ans																			
B	Exposé oral	/4																							Démonstration technique commentée et application avec un partenaire des mouvements clés du Poumsés du module A.
	Analyse technique et terminologique des principaux mouvements clés du Poumsé	/12																							
	Applications techniques avec partenaire(s) Kibon	/7																							
	Applications techniques avec partenaire(s) Hoshinsul	/7																							
	Total																								
COMMENTAIRES :																									
Poomsae - Aménagement +60 ans : Les coups de pied en hauteur pourront être réalisés au niveau moyen et les coups de pied sautés peuvent être remplacés par des coups de pied au sol																									

AIDE NOTATION 8È DAN			Candidat(e) 1			Candidat(e) 2			Candidat(e) 3			Candidat(e) 4			Candidat(e) 5			Candidat(e) 6			Candidat(e) 7			COMMENTAIRES	
Noms																									
A	Poomse	/20	P1	P2	P3	Aménagement +60 ans																			
	Respect des techniques et du diagramme	/5																							
	Maîtrise, précision, équilibre, stabilité	/5																						Hansoo imposé, +1 Poumsé proposé parmi : Chunkwon, Jitae, Sipjin +1 Un Poumsé tiré au sort parmi : Chunkwon, Jitae, Sipjin (différent du Poumsé proposé)	
	Rythme, respiration, concentration, regard	/5																							
	Puissance	/5																							
	Total/40																								
	Eung Yong Kisoul	/30	Application			Aménagement +60 ans																			
B	Exposé oral	/4																							Démonstration technique commentée et application avec un partenaire des mouvements clés du Poumsés du module A.
	Analyse technique et terminologique des principaux mouvements clés du Poumsé	/12																							
	Applications techniques avec partenaire(s) Kibon	/7																							
	Applications techniques avec partenaire(s) Hoshinsul	/7																							
	Total																								
COMMENTAIRES :																									
Poomsae - Aménagement +60 ans : Les coups de pied en hauteur pourront être réalisés au niveau moyen et les coups de pied sautés peuvent être remplacés par des coups de pied au sol																									

AIDE NOTATION 9È DAN		Candidat(e) 1			Candidat(e) 2			Candidat(e) 3			Candidat(e) 4			Candidat(e) 5			Candidat(e) 6			Candidat(e) 7			COMMENTAIRES																							
		Noms																																												
A	Poomse	/20	P1	P2	P3	P1	P2	P3	Aménagement +60 ans																																					
	Respect des techniques et du diagramme	/5																																												
	Maîtrise, précision, équilibre, stabilité	/5																						Ilyo imposé, +1 Poumsé propos. parmi : Hansoo, Chunkwon, Jitae +1 Poumsé tiré au sort parmi : Hansoo, Chunkwon, Jitae (différent du Poumsé propos.)																						
	Rythme, respiration, concentration, regard	/5																																												
	Puissance	/5																																												
	Total/40																																													
	Eung Yong Kisoul	/30	Application			Application			Aménagement +60 ans																																					
		Exposé oral	/4																						Démonstration technique commentée et application avec un partenaire des mouvements clés du Poumsés du module A.																					
		Analyse technique et terminologique des principaux mouvements clés du Poumsé	/12																																											
		Applications techniques avec partenaire(s) Kibon	/7																																											
		Applications techniques avec partenaire(s) Hoshinsul	/7																																											
		Total																																												
COMMENTAIRES :																																														
Poomsae - Aménagement +60 ans : Les coups de pied en hauteur pourront être réalisés au niveau moyen et les coups de pied sautés peuvent être remplacés par des coups de pied au sol																																														