

Programme d'examen de Dan.

Le présent règlement remplace les précédents

Les **examens** ont toujours lieu les troisièmes samedis de novembre et de mai et se **déroulent à huis-clos** (ni parents ni connaissances ne sont admis dans le dojang).

A. Conditions générales pour pouvoir passer un examen :

- Etre en ordre de licence et de cotisations.
- Avoir participé à un minimum de stages dont 3 stages techniques dans l'année qui précède l'examen
- Respecter les délais entre les examens (voir conditions particulières).
- Avoir l'âge minimum requis (voir conditions particulières).
- Acquitter les droits d'examen
- Apporter 2 photos d'identité (WTF) / 3 photos (MUDO)

B. Conditions particulières :

1^{er} Keup

1. Poomse **Pal-jang** + 1 au choix(à partir de **Sam-jang** + 1 imposé par le jury
2. Hanbon kyorugi : 6 techniques (idem à gauche **et** à droite)
3. Chokki daryon : 1 minute
4. Hoshinsul : 12 techniques simples (sans armes)
5. Théorie : terminologie coréenne

1^{er} Dan –(1^{er} Poom)

(minimum 6 mois après l'examen de 1^{er} keup)(16 ans)

1. Poomse : **Koryo** + 1 au choix (à partir de **Oh-jang**) + 1 imposé par le jury
2. Hanbon kyorugi : 8 techniques (idem gauche **et** droite)
3. Chokki daryon : 1 minute
4. Hoshinsul : 15 techniques simples (sans armes)
5. Théorie : terminologie coréenne
6. Casse 2 techniques au choix (planche 30 x 30 x 3 cm)(2cm pour les femmes)
Pas de casses pour les poom
7. 2 compétitions (arbitrage ou encadrement)

2^e Dan-(2^e Poom)

(minimum 2 ans après l'examen 1^{er} dan)(18 ans)

1. Poomse : Kumgang + 1 au choix + 1 imposé par le jury
2. Hanbon kyorugi : 16 techniques (alternées gauche-droite)
3. Hoshinsul : 15 techniques contre armes (couteau, bâton,...)
4. Chokki daryon : 1 minute
5. Théorie
6. Casse : 3 techniques au choix

3^e Dan-(3^e Poom)

(minimum 3 ans d'ancienneté)(21 ans)

1. Poomse : Taebaek + 1 au choix + 1 imposé par le jury
2. Han bon kyorugi : 20 techniques (alternées gauche-droite)
3. Chokki daryon (1 minute)
4. Hoshinsul : 10 techniques contre 2 adversaires (20 agressions)
5. Théorie : terminologie coréenne
6. Casse : techniques sautées sur 3 planches
(dispense pour les sauts pour les + de 40 ans)

4^e Dan

(minimum 4 ans d'ancienneté)(25 ans)

1. Poomse : Pyongwon + Sipjin + 1 au choix + 1 imposé par le jury
2. Démonstration libre (10 min) (reprenant les différents aspects du TKD)
3. Etre en possession d'un brevet délivré par la D.G. (ou l'ADEPS)

5^e Dan

(minimum 5 ans d'ancienneté)(30ans)

- 1 Avoir sa propre école (club)ou exercer une fonction dirigeante au sein de la fédération
2. Poomse : Sipjin + Jitae + 1 au choix à partir de Koryo
3. Démonstration de 10 minutes (reprenant les différents aspects du TKD)

6^e Dan

(minimum 6 ans d'ancienneté)(36 ans)

- 1.Poomse : Jitae + Chonkwon + 1 au choix
2. Démonstration de 10 minutes (reprenant les différents aspects du TKD)

7^e Dan

(minimum 7 ans d'ancienneté)(43 ans)

- 1.Poomse : Chonkwon + Hansu + 1 au choix
- 2.Thèse écrite min 5 pages

8^e Dan

(minimum 8 ans d'ancienneté)(51 ans)

- 1.Poomse :Hansu + Ilyo + 1 au choix