

EVALUATION PASSAGE DE GRADE ADULTES "KEUP"

(KWANG MYUNG TAEKWONDO DOJANG - www.taekwondo44.com)

- Rouge du 3ème au 1er keup - (page 1/2)

	<u>POOMSE</u>
Connaissance (diagramme technique, antcipe)	(0-2,5)
Réalisation (puissance, vitesse rythme, technique)	(0-2,5)
Maitrise (technique, équilibre respiration, stabilité)	(0-2,5)
Attitude (concentration regard présentation)	(0-2,5)
	/ 10

	<u>KIBON</u>
Connaissance terminologie	(0-2)
Réalisation (puissance vitesse, armé trajectoire)	(0-3)
Maitrise (équilibre stabilité)	(0-3)
Attitude (concentration regard)	(0-2)
	/ 10

	<u>HAN BON KYORUGUI</u>
Difficulté (techniques réalisées)	(0-2)
Vitesse (réaction excécution puissance)	(0-3)
Maitrise (technique précision)	(0-3)
Attitude (concentration regard détermination)	(0-2)
	/ 10

	<u>HO SHIN SUL</u>
Difficulté (techniques réalisées)	(0-2,5)
Vitesse (réaction excécution puissance)	(0-2,5)
Maitrise (technique précision)	(0-2,5)
Attitude (concentration regard détermination)	(0-2,5)
	/ 10

EVALUATION PASSAGE DE GRADE ADULTES "KEUP"

(KWANG MYUNG TAEKWONDO DOJANG - www.taekwondo44.com)

- Rouge du 3ème au 1er keup - (page 2/2)

	SIHAP KYORUGUI
Sens tactique (impose son style s'adapte au style adv.)	(0-4)
Vitesse (réaction exécution)	(0-2)
Technique (richesse, G/D att / def, précision)	(0-2)
Attitude (combattivité concentration détermination)	(0-2)
	/ 10

	ARBITRAGE / JUGE
Connaissance arbitrage (règles)	(0-3)
Connaissance juge poomse (règles)	(0-3)
Compréhension (esprit de la règle)	(0-3)
Gestuelles (application)	(0-1)
	/ 10

	THEORIE
Connaissance DTN (rôles)	(0-2)
Connaissance D.Administrative (rôles)	(0-2)
Statuts (fonctionnement)	(0-3)
Règlement intérieur (du club)	(0-3)
	/ 10

	MUDO JONG SHIN
COURTOISIE politesse et respect	(0-2)
INTEGRITE honnête, franc et loyal	(0-2)
PERSEVERANCE surmonter les difficultés et continuer	(0-2)
CONTRÔLE DE SOI contrôle des émotions	(0-2)
ESPRIT INDOMPTABLE surmonter ses peurs être sur de soi	(0-2)
	/ 10

TOTAL : / 80

Nom :
Prénom :
Grade actuel :

Résultat : keup