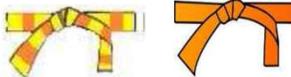
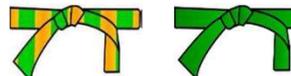
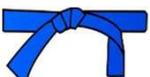


Passage de grade pour les enfants entre 6 et 12 ans

Je passe la ceinture	Poumsés (avec ou sans aide jusqu'à la ceinture orange)	Kibon (lignes de techniques membres supérieurs et inférieurs)	Han bon kiorugi (attaque / défense)			Kiorugi (combat)	Théorie
			membres supérieurs	membres inférieurs	self-défense		
20 points		20 points	20 points			30 points	10 points
 Blanc-jaune et jaune	Poumsé 1	Techniques du Poumsé 1	-	-	-	2x30 sec (combat souple)	Règles d'arbitrage en compétition
		+ programme des coups de pied					Vocabulaire Coréen
 Jaune-orange et orange	Poumsé 1 et 2	Techniques des Poumsés 1 à 2	-	-	-	2x30 sec (combat souple)	Règles d'arbitrage en compétition
		+ programme des coups de pied					Vocabulaire Coréen
 Orange-verte et verte	Poumsé 3 + 1 tiré au sort (poumsé 1 à 2)	Techniques des Poumsés 1 à 3	-	-	-	2x30 sec (combat souple)	Règles d'arbitrage en compétition
		+ programme des coups de pied					Vocabulaire Coréen
 Violette	Poumsé 4 + 1 tiré au sort (poumsé 1 à 3)	Techniques des Poumsés 1 à 4	1	1	1	2x30 sec (combat plastron)	Règles d'arbitrage en compétition
		+ programme des coups de pied					Vocabulaire Coréen
 Bleue	Poumsé 5 + 1 tiré au sort (poumsé 1 à 4)	Techniques des Poumsés 1 à 5	1	1	1	2x30 sec (combat plastron)	Règles d'arbitrage en compétition
		+ programme des coups de pied					Vocabulaire Coréen
 Rouge	Poumsé 6 + 1 tiré au sort (poumsé 1 à 5)	Techniques des Poumsés 1 à 6	2	2	2	2x30 sec (combat plastron)	Règles d'arbitrage en compétition
		+ programme des coups de pied					Vocabulaire Coréen
 Rouge 1 B	Poumsé 7 + 1 tiré au sort (poumsé 1 à 6)	Techniques des Poumsés 1 à 7	2	2	2	2x30 sec (combat plastron)	Règles d'arbitrage en compétition
		+ programme des coups de pied					Vocabulaire Coréen
 Rouge 2 B	Poumsé 8 + 1 tiré au sort (poumsé 1 à 7)	Techniques des Poumsés 1 à 8	2	2	2	2x30 sec (combat plastron)	Règles d'arbitrage en compétition
		+ programme des coups de pied					Vocabulaire Coréen