**AIDE AU PASSAGE DE GRADE (Révisions)**

[Positions de base](http://www.fftda.fr/fr/13-positions-de-base.html) -FFTDA

[poumse-video](http://www.fftda.fr/fr/105-poumse-video.html) - FFTDA

[ho-shin-soul-video/self](http://www.fftda.fr/fr/164-ho-shin-soul-video.html) - FFTDA

[historique-federal - les dates à connaitre](http://www.fftda.fr/fr/99-historique-federal.html) - FFTDA

[origines](http://www.fftda.fr/fr/197-origines.html) - FFTDA

[Reglement competitions](http://www.fftda.fr/fr/16-competitions.html) –FFTDA sur l’arbitrage

[Taekwondoclub.fr](http://www.taekwondoclub.fr/) –un site super pour tout connaître.

[Taekwondo Club Léguevin](http://tkd-club-leguevin.wifeo.com/) – Le site de notre club avec toutes les infos dont tu auras besoin…

Les questions qui **peuvent être** posées lors du passage de grade (et il en reste encore beaucoup):

Sur le club :

Qui est la présidente du club ?

En quelle année le club était-il établi ?

Combien de ceintures noires sont ils dans le club et leurs dans ?

Qui sont les membres du bureau ?

Sur la FFTDA/TKD :

En quel année le TKD est il arrivé en France ?

Par qui ?

Que signifie le Tae Kwon Do ?

Qui est le DTN ? DTR ?

FFTDA =

DTN =

Qui est le président du FFTDA ?

Arbitrage :

Aire du combat ?

Point valide en combat ?

Duré des rounds des différentes catégories ?

La tenue vestimentaire du coach ?

L’ensemble des protections pour le combat ?

Médailles en J.O. – Qui et quand ?

5 avertissements ? 5 sanctions ?

5 possibilités de gagner un combat ?

Nombre de juges sur l’aire de combat ?

Valeur des points marqués (plastron, retourné plastron et tête, tête, coup de poing)

Comptage en Coréen

Bleu rouge en Coréen

Savoir appeler les combattants

Arrêt du combat en Coréen

Savoir arrêté un combat (fini) et ou arrêter momentanément.

Savoir démarrer un combat (et la position des combatants)

Savoir dire et donner un avertissement en Coréen ; et une sanction.

Point en d’or ?

Définition K.O.

Etc etc etc……

Conseils généraux :

Il faut connaître les poumsés demandés pour la ceinture par cœur

Concentre-toi – amplitude, vitesse, finir les blocages…..

Dobok lavé, repassé, ceinture même longueur des deux cotés

Apprend des Han Bon Kyorogis que tu veux faire PAR CŒUR

N’oubliez pas que c’est maintenant, aujourd’hui, qu’il faut montrer ce que tu sais faire