

THE WORLD TAEKWONDO MOODUKKWAN FEDERATION EUROPEAN BRANCH

La Fédération Mondiale de Taekwondo Moodukkwon Branche Européenne a le plaisir d'annoncer la tenue d'un séminaire et d'un examen de passage de grade selon les modalités suivantes :

Date : Samedi 12 décembre 2026

Horaire :

- 16h00 à 18h30 : Séminaire de passage de grade (35€)
- 18h30 à 20h00 : Examen de passage de grade

Lieu : Siège Européen de la Fédération Mondiale de Taekwondo Moodukkwan
4 rue Mozart, 06400 Cannes

Participants éligibles

Tous les pratiquants de Taekwondo à travers l'Europe sont les bienvenus.

Conditions pour le passage de grade

- *1er Dan : titulaire du grade ceinture rouge (1er Keup)*
- *2e Dan : au moins 1 an de pratique après l'obtention du 1er Dan*
- *3e Dan : au moins 2 ans de pratique après l'obtention du 2e Dan*
- *4e Dan : au moins 3 ans de pratique après l'obtention du 3e Dan*
- *5e Dan : au moins 4 ans de pratique après l'obtention du 4e Dan*
- *6e Dan : au moins 5 ans de pratique après l'obtention du 5e Dan*
- *7e Dan : au moins 6 ans de pratique après l'obtention du 6e Dan*
- *8e Dan : au moins 7 ans de pratique après l'obtention du 7e Dan*
- *9e Dan : au moins 8 ans de pratique après l'obtention du 8e Dan*

RÈGLEMENT D'EXAMEN

Poomsae :

- Poomsae désignée correspondant au grade selon le Kukkiwon
- Poomsae au choix du candidat
- Poomsae désignée par les examinateurs

Hoshinsool :

- Vous devez présenter 5 techniques différentes, dont 2 techniques pied.

Hanbeun Kyorougui :

- Vous devez présenter 5 techniques différentes, dont 2 techniques pied.

Techniques de coup de pied :

- Celles entraînées lors du séminaire du jour

Combat (Kyorougui) :

- Celui pratiqué lors du séminaire du jour

Techniques de base et terminologie :

- Celles étudiées pendant le séminaire du jour

Condition physique (selon le sexe et l'âge) :

Exercices	Catégories	Hommes	Femmes
1. Pompes	Moins de 30 ans	50 fois	40 fois
	Moins de 40 ans	40 fois	30 fois
2. Abdominaux	Moins de 50 ans	30 fois	20 fois
	Moins de 60 ans	20 fois	16 fois
3. Dolyeo-Tchagui (Coup de pied circulaire, droite et gauche)	60 ans et plus	14 fois	12 fois
4. Saut genoux-poitrine (à deux jambes)	Moins de 30 ans	40 fois	30 fois
	Moins de 40 ans	30 fois	20 fois
5. Dui-houryeo-Tchagui (Coup de pied circulaire, droite et gauche)	Moins de 50 ans	20 fois	14 fois
	Moins de 60 ans	14 fois	12 fois
	60 ans et plus	12 fois	10 fois