



COMMISSION NATIONALE DE HAPKIDO



PROTOCOLE DES EXAMENS DE
HAPKIDO
DU 1^{ER} AU 6^{ÈME} DAN.

Version simplifiée VS 3.1

du protocole (1^{er} au 6^{ème} Dan)

A destination des candidats.

Contenu

1.	Préambule (consulter au préalable le règlement de la CSDGE)	3
2.	Préparation de l'épreuve	3
2.1.	Les Juges (heure fixée par convocation)	3
2.2.	Les Candidat(e)s (heure + 30 min)	3
2.3.	Les Jurys (heure + 1h)	3
	Règlement :	3
3.	Conditions à remplir par les juges de passage de grade de dan Hapkido	3
4.	Conditions à remplir par les candidats à un grade de dan Hapkido	4
5.	Organisation.....	5
5.1.	Terminologie	5
5.2.	Organisation matérielle	5
5.3.	Binômes.....	5
5.4.	Catégories d'âge.....	5
6.	Directives générales	13
6.1.	Module percussions	13
6.2.	Module défense sur saisie	13
6.3.	Module défense contre percussion	13
6.4.	Module casses	13
6.5.	Module combats souples	13
6.5.1.	Épreuves	13
6.6.	Modalités.....	14
6.7.	Techniques autorisées et interdites	14
7.	Conclusion	15
7.1.	L'attitude	15
7.2.	Fin.....	15
8.	Liste de l'ensemble des techniques et UNITES de VALEURS.....	16
9.	Techniques communes à l'ensemble des grades :	18
9.1.	Techniques de Chutes	18
9.2.	Techniques de percussions	18
10.	Défenses contre saisies	20
11.	Défenses contre percussions.....	22
12.	Défenses contre Projections	23
13.	Défenses de Saisie.	24
15.	Défenses contre saisies et percussions.....	27
16.	Défenses contre saisies, percussions et contres	28

Ce protocole a été élaboré pour répondre au cahier technique mis en place par le **Grand Maître LEE Eu-Jong**, 9^{ème} dan Hapkido, **Conseiller Technique Fédéral Hapkido** auprès de la F.F.T.D.A.

1. Préambule (consulter au préalable le règlement de la CSDGE)

L'épreuve du passage de grade revêt en Hapkido un aspect technique, juridique et symbolique. Parce que l'étape de la ceinture noire a une dimension affective forte, le déroulement des épreuves doit être maîtrisé. Par ailleurs, l'exigence des juges quant aux performances des candidats concerne tant la recherche de l'excellence que la recherche d'une garantie minimale.

La ceinture noire est l'accès à la transmission de l'art, les Dan : la validation du niveau technique. Nul ne peut impunément prétendre à une distinction ambiguë ni même le souhaiter ! C'est cette noble ambition qui doit également animer les juges. Étant entendu que leur rôle réside dans la préservation de l'excellence, ils se doivent d'être eux-mêmes irréprochables.

C'est pour répondre à cette nécessité que le présent document a été conçu. Afin qu'elle ne reste pas un vœu pieux, un protocole a été élaboré. La concertation préside à sa rédaction. Sa première ambition est de s'attacher au respect strict des textes réglementaires de la fédération. La seconde est, le cas échéant, d'être une référence nationale.

Conscient que chaque candidat a le droit de bénéficier des mêmes conditions, le protocole énonce la procédure de tenue des épreuves, des critères de réalisation et de notation. Il est un outil au service du juge dans sa tâche : l'évaluation. Celle-ci devant être l'occasion d'une correction de l'élève mais aussi du guide, représenté en l'occurrence par le juge.

2. Préparation de l'épreuve

2.1. Les Juges (heure fixée par convocation)

- ✓ appel des juges et constitution des jurys.
- ✓ définition des notes moyennes éliminatoires.
- ✓ compte rendu du précédent passage – consignes du président du jury.

2.2. Les Candidat(e)s (heure + 30 min)

- ✓ pointage des passeports – émargement / élimination.
- ✓ Réunion des candidat(e)s avec salut au jury et déroulement de l'épreuve.
- ✓ présentation des juges.
- ✓ rappel succinct du programme, des critères.

2.3. Les Jurys (heure + 1h)

- ✓ répartition par jury des juges et des candidats.
- ✓ préparation matérielle.
- ✓ appel du 1^{er} candidat.

Règlement :

1. aucun juge ne peut quitter son jury au cours d'une exécution.
2. aucun candidat ne peut quitter le jury sans l'en avertir et pour des raisons motivées.
3. aucune personne extérieure ne peut intervenir sur les épreuves.
4. les juges s'assurent de la présence du médecin.
5. le 1^{er} juge et/ou un maître de cérémonie est nommé par le président de jury.
6. le 1^{er} juge est compétent pour le respect des textes et du règlement fédéral.
7. les juges doivent signer leur feuille et agir avec probité.
8. les juges s'engagent à la discrétion et à la solidarité.
9. les juges portent une tenue réglementaire (pantalons, veste, cravate, chemise blanche).

3. Conditions à remplir par les juges de passage de grade de dan Hapkido

Dan	Conditions à remplir pour être dans les jurys
1 ^{er} et Il poom	<ul style="list-style-type: none"> - Passage organisé par le CRT. En cas d'impossibilité, le passage sera national. - 3 juges par jury. - Grade supérieur ou égal au 2^{ème} dan. - Instructeur Fédéral ou Diplômé d'Etat de Hapkido. - Jury validé par la D.T.N. sur proposition de la Commission Nationale Hapkido. - Ils doivent être en possession de leur passeport à jour des formalités administratives.
2 ^{ème}	<ul style="list-style-type: none"> - Passage organisé par le CRT. En cas d'impossibilité, le passage sera national. - 3 juges par jury. - Grade supérieur ou égal au 3^{ème} dan. - Instructeur Fédéral ou Diplômé d'Etat de Hapkido. - Jury validé par la D.T.N. sur proposition de la Commission Nationale Hapkido. - Ils doivent être en possession de leur passeport à jour des formalités administratives.

3 ^{ème}	<ul style="list-style-type: none"> - Passage organisé par le CRT ou par le national. - 3 juges au moins / 5 juges au plus par jury. - Grade supérieur ou égal au 4^{ème} dan. - Instructeur Fédéral ou Diplômé d'Etat de Hapkido. - Jury validé par la D.T.N. sur proposition de la Commission Nationale Hapkido. - Ils doivent être en possession de leur passeport à jour des formalités administratives.
4 ^{ème}	<ul style="list-style-type: none"> - Passage organisé par le CRT ou par le national. - 3 juges au moins / 5 juges par jury. - Grade supérieur ou égal au 5^{ème} dan. - Instructeur Fédéral ou Diplômé d'Etat de Hapkido. - Jury validé par la D.T.N. sur proposition de la Commission Nationale Hapkido. - Ils doivent être en possession de leur passeport à jour des formalités administratives.
5 ^{ème}	<ul style="list-style-type: none"> - Passage organisé par le CRT ou par le national. - 3 juges au moins / 5 juges au plus par jury. - Grade supérieur ou égal au 6^{ème} dan des arts martiaux coréens. - Diplômé d'Etat des arts martiaux coréens ou CTF ou CTN de la FFTDA. - Jury validé par la D.T.N. sur proposition de la Commission Nationale Hapkido. - Ils doivent être en possession de leur passeport à jour des formalités administratives.
6 ^{ème}	<ul style="list-style-type: none"> - Passage organisé par le CRT ou par le national. - 3 juges au moins / 5 juges par jury. - Grade supérieur ou égal au 7^{ème} dan des arts martiaux coréens. - Diplômé d'Etat des arts martiaux coréens ou CTF ou CTN de la FFTDA. - Jury validé par la D.T.N. sur proposition de la Commission Nationale Hapkido. - Ils doivent être en possession de leur passeport à jour des formalités administratives.

« Le jury devra comporter au moins un représentant de la discipline associée pratiquée par le candidat titulaire d'un grade supérieur à celui auquel ce dernier postule. »

⇒ En cas de non existence de 3 personnes d'un grade supérieur ou égal au minimum requis pour la présentation d'un grade (ex : Cas de figure du 5^{ème} dan et plus), il est possible de demander la présence de 2 personnes titulaires du 5^{ème} dan et plus de Taekwondo et d'une personne titulaire d'un grade équivalent en Hapkido (ex : Conseiller Technique Fédéral Hapkido – CTF-H).

S'il est présent, au moment du passage de grades, le CTF-H est de facto, le président du Jury. En son absence, le CTF-H ou le président de la CNH désigne comme président du Jury, un des juges présents.

Sauf pour les points spécifiquement soulevés dans le présent protocole, les juges ont chacun la même importance quelques soient leurs grades, sont responsables de leurs notes et solidairement garants du bon déroulement des épreuves, du traitement des candidats. Les notes des juges sont individuelles, aucune ne prime sur les autres.

Avant le début de l'examen, le jury détermine la note à partir de laquelle il conviendra de délibérer pour celles et ceux qui n'auraient pas atteint la moyenne. Si le jury n'arrive pas à se déterminer, la décision reviendra au CTF-H. En cas de jury multiple, tous les jurys devront respecter le même barème le jour de l'examen.

Pour simplifier et fluidifier le fonctionnement administratif de l'examen, la CNH peut désigner un secrétaire de séance pour coordonner le travail administratif du jury et vérifier que les procédures sont bien respectées (ex : collecte des feuilles de notation, horaires et durée, calcul des notes et moyennes, etc...). Le secrétaire de séance sera choisi parmi un des cadres de la commission et lors de l'examen ne rendra des comptes qu'au CTF-H ou au représentant de la Commission.

4. Conditions à remplir par les candidats à un grade de dan Hapkido

Il est stipulé dans l'Annexe de l'Arrêté du 5 décembre 2001 que :

« Les conditions administratives pour se présenter aux examens, les délais entre chaque grade ou dan sont identiques à ceux du Taekwondo. »

Dan	Admission des candidats
Il poom	<ul style="list-style-type: none"> - Avoir 14 ans révolu. - Être titulaire du grade de ceinture rouge 1^{er} keup. - Avoir trois années de pratique minimum dont celle de l'année en cours. - Fiche de préinscription au Il poom dûment remplie.
1 ^{er}	<ul style="list-style-type: none"> - Avoir 16 ans révolu. - Être titulaire du grade de ceinture rouge 1^{er} keup. - Avoir trois années de pratique minimum dont celle de l'année en cours. - Fiche de préinscription au 1^{er} dan dûment remplie.
2 ^{ème}	<ul style="list-style-type: none"> - Être titulaire du grade de 1^{er} dan. - Avoir deux années de pratique supplémentaires après le premier dan, dont l'année en cours. - fiche de préinscription au 2^{ème} dan dûment remplie.
3 ^{ème}	<ul style="list-style-type: none"> - Être titulaire du grade de 2^{ème} dan. - Avoir trois années de pratique supplémentaires après le deuxième dan, dont l'année en cours. - fiche de préinscription au 3^{ème} dan dûment remplie.
4 ^{ème}	<ul style="list-style-type: none"> - Être titulaire du grade de 3^{ème} dan. - Avoir quatre années de pratique supplémentaires après le troisième dan, dont l'année en cours. - fiche de préinscription au 4^{ème} dan dûment remplie.

5ème	- Être titulaire du grade de 4ème dan. - Avoir cinq années de pratique supplémentaires après le quatrième dan, dont l'année en cours. - fiche de préinscription au 5ème dan dûment remplie.
6ème	- Être titulaire du grade de 5ème dan. - Avoir six années de pratique supplémentaires après le cinquième dan, dont l'année en cours. - fiche de préinscription au 6ème dan dûment remplie.

La notion d'année de pratique dans le dan est validée par la présence d'un timbre de licence F.F.T.D.A. dans le passeport fédéral.

5. Organisation

Le but de ce passage est de valider une compétence et en aucun cas de juger les individus. Ainsi les contenus seront adaptés en termes de morphologie, âge et sexe.

Les modules présentés pour chaque grade dan ne sont pas identiques pour éviter toute comparaison inappropriée. Les dans sont regroupés par catégorie de compétences et d'expertise / maîtrise :

- Il poom, 1^{er} & 2^{ème} dan : Aspirant(e)s, confirmé(e)s.
- 3^{ème} & 4^{ème} dan : Expert(e)s, expert(e)s confirmé(e)s.
- 5^{ème} & 6^{ème} dan : Maîtres.

L'aspirant(e) et le (la) confirmé(e) doivent être capables de réaliser des techniques suivant un programme établi et de démontrer des mouvements. Les expert(e)s se doivent de pouvoir expliquer, démontrer une technique et de connaître les bases de l'utilisation de techniques spécifiques (enchaînements, utilisation d'armes). Les maîtres doivent savoir mettre en place une structure permettant la transmission de leur savoir, savoir-faire. De plus ils (elles) seront capables d'enseigner les éléments nécessaires à la bonne réalisation de techniques et d'enchaînements, y compris dans le domaine du perfectionnement et de l'optimisation de la gestuelle. Enfin à partir du grade d'expert(e) une connaissance théorique croissante de l'Hapkido, de sa transmission et de son environnement sera démontrée.

5.1. Terminologie

Au moment de l'examen, le jury pourra énoncer le nom des techniques ou des exercices des techniques en coréen et en français. Néanmoins, il n'existe pas à l'heure actuelle de terminologie validée par la Commission Nationale Hapkido. Les termes pouvant évoluer d'un style à un autre, en cas de litige ou de problème de compréhension, c'est la langue française qui prévaudra. Les candidats ne pourront en aucun cas être pénalisés s'ils ne maîtrisent pas tous les termes coréens donnés par le jury. Il sera mis en place ultérieurement un lexique fédéral proposé par la Commission Nationale Hapkido et validé par la D.T.N.

5.2. Organisation matérielle

La Commission ne prêtera en aucun cas les équipements nécessaires à la bonne évaluation des candidats. Suivant le grade présenté, le candidat apportera son propre équipement (ex : Couteau en bois, dan bong, jun bong, tchon bong, putché, etc.).

5.3. Binômes

Lors de l'examen, le (la) candidat(e) peut être accompagné(e) d'un(e) partenaire choisi par lui (elle) afin de réaliser les techniques de self-défense et les combats. Ce partenaire ne sera pas nécessairement candidat(e) lui (elle)-même à un grade. Le jour de l'examen, si le (la) candidat(e) n'a pas de partenaire, il (elle) pourra en choisir un(e) parmi les autres candidat(e)s, en accord avec le jury.

Au moment de son inscription, le (la) candidat(e) doit préciser s'il (elle) sera accompagné(e) d'un(e) partenaire, préciser ses nom, prénom, âge, grade et si ce (cette) dernier(ère) est lui (elle)-même candidat(e) à un grade. Dans tous les cas ce partenaire devra être licencié(e) au sein de la F.F.T.D.A, avoir son passeport sportif fédéral à jour.

5.4. Catégories d'âge

Cadets : moins de 16 ans.

Seniors : plus de 50 ans.

Pour privilégier la sécurité et l'intégrité physique du candidat, le contenu du programme peut-être allégé ou adapté en fonction de l'âge et de la condition physique du candidat.

Une telle décision devra être prise par le CTF-Hapkido ou le représentant de la Commission présent sur place (suivant l'ordre de préséance : président du jury, secrétaire de séance) et sera applicable par le jury. Un tel aménagement devra cependant figurer par écrit sur les feuilles de notation.

Examen du 1er dan

Module 1 : Chutes

10 points

- A/ 2 chutes avant, 2 arrière, 2 de côté, 2 roulades – imposées par le jury
Les chutes du type A peuvent se faire debout, à genoux ou sautées
- B/ 1 chute en longueur, 1 en hauteur, 1 par-dessus un obstacle – imposées par le jury ;
1 chute acrobatique - au choix du candidat

Module 2 : Percussions

10 points

- A/ 2 techniques membres supérieurs
- B/ 2 techniques membres inférieurs
- C/ 2 enchaînements de techniques membres supérieurs et inférieurs

Module 3 : Défenses contre saisies

20 points

- A/ 2 défenses sur saisies aux poignets
- B/ 2 défenses sur saisies aux vêtements de face
- C/ 2 défenses sur saisies aux vêtements de dos

Module 4 : Défenses contre percussions

20 points

- A/ 2 défenses contre percussion des membres supérieurs
- B/ 2 défenses contre percussion des membres inférieurs

Module 5 : Armes – défenses contre couteau

20 points

- A/ 1 défense contre attaque de face
- B/ 1 défense contre attaque vers l'extérieur
- C/ 1 défense contre attaque vers l'intérieur
- D/ 1 défense contre attaque de haut en bas

Module 6 Combat souple

20 points

- A/ 1 combat « percussions » 1 contre 1 de 1 minute
- B/ 1 combat « libre » 1 contre 1 de 1 minute

Total : 100 points

Examen du 2ème dan

Module 1 : Chutes

10 points

A/ 2 chutes avant, 2 arrière, 2 de côté, 2 roulades – imposées par le jury

Les chutes du type A peuvent se faire debout, à genoux ou sautées

B/ 1 chute en longueur, 1 en hauteur, 1 par-dessus un obstacle – imposées par le jury ;

1 chute acrobatique - au choix du candidat

Module 2 : Percussions

10 points

A/ 2 techniques membres supérieurs

B/ 2 techniques membres inférieurs

C/ 2 enchaînements de techniques membres supérieurs et inférieurs

Module 3 : Défenses contre saisies

20 points

A/ 2 défenses sur saisies aux poignets

B/ 2 défenses sur saisies aux vêtements de face

C/ 2 défenses sur saisies aux vêtements de dos

Module 4 : Défense sur position assise au sol

20 points

A/ 1 défense contre saisie de poignet

B/ 1 défense contre saisie aux vêtements

C/ 2 défenses contre coups de poing

D/ 2 défenses contre coups de pied

Module 5 : Armes – attaques et défenses avec bâton court

20 points

A/ 2 techniques de clés offensives avec bâton court contre un partenaire en position d'attente

B/ Techniques défensives avec bâton court

1) 2 défenses contre-attaque de poing au visage

2) 1 défense contre coup de pied de face

Module 6 : Combat souple

20 points

A/ 1 combat « percussions »1 contre 1 de 1 minute

B/ 1 combat « libre »1 contre 1 de 1 minute

Total : 100 points

Examen du 3ème dan

Module 1 : Chutes

10 points

4 enchaînements de 2 chutes (minimum) combinant à chaque fois 1 chute de type A et 1 chute de type B

Les chutes peuvent se faire debout, à genoux ou sautées

A/ Avant, arrière, de côté, roulades

B/ Longueur, hauteur, par-dessus un obstacle, acrobatiques

Module 2 : Défenses contre percussions

20 points

A/ 3 défenses contre percussions des membres supérieurs

B/ 3 défenses contre percussions des membres inférieurs

Module 3 : Défenses en position assise sur une chaise

20 points

A/ 2 défenses contre saisie de poignet

B/ 2 défenses contre saisie aux vêtements

C/ 1 défense contre coups de poing

D/ 1 défense contre coups de pied

Module 4 : Armes – attaques et défenses avec la ceinture

20 points

A/ 2 Techniques offensives avec ceinture contre un partenaire en position d'attente

B/ Techniques défensives avec ceinture

1) 1 défense contre attaque de poing au visage

2) 1 défense contre coup de pied de face ou circulaire

Module 5 : Combat souple

20 point

A/ 1 combat « percussions » 1 contre 2 de 1 minute

B/ 1 combat « libre » 1 contre 1 de 1 minute

Module 6 : Casse en dextérité

20 points

2 cibles de 1 planche (soit 2 planches au total)

A/ 1 coup de pied non sauté

B/ 1 coup de pied sauté

Total : 110 points

Module 1 : Défenses sur percussions et saisies

20 points

- A/ 3 défenses contre percussion des membres supérieurs
- B/ 3 défenses contre percussion des membres inférieurs
- C/ 3 défenses contre saisie aux poignets
- D/ 3 défenses contre saisie aux vêtements

Module 2 : Défenses contre armes

20 points

- A/ 1 défense contre attaque avec un couteau en bois
- B/ 1 défense contre attaque avec un bâton en bois de 1m20 de long
- C/ 1 défense contre attaque avec un sabre en bois
- D/ 1 défense contre attaque avec un bâton court

Attaques possibles :

- attaque de face
- attaque vers l'extérieur
- attaque vers l'intérieur
- attaque de haut en bas

Module 3 : Armes – attaques et défenses avec la canne

20 points

- A/ 2 défenses contre coup de poing au visage
- B/ 2 défenses contre coup de pied de face ou circulaire

Module 4 : Armes – attaques et défenses avec le bâton long

20 points

Techniques avec le grand bâton : blocages et parades (percussions, clés, projections...)
– grand bâton contre grand bâton

- A/ 2 attaques verticales
- B/ 2 attaques horizontales
- C/ 2 attaques obliques

Module 5 : Combat souple

20 point

- A/ 1 combat « percussions » 1 contre 2 de 1 minute
- B/ 1 combat « libre » 1 contre 1 de 1 minute

Module 6 : Casse en dextérité ou en puissance

20 points

Option A Casse en puissance

2 cibles constituées de 2 planches (soit 4 planches au total)

- 1) 1 casse avec les membres supérieurs techniques autorisées : Coup de coude, Tranchant de la main, Paume de la main, Coup de poing
- 2) 1 casse avec les membres inférieurs (coup de pied non sauté non chassé)
techniques autorisées : Coup de pied latéral, Coup de pied circulaire, Coup de pied retourné direct, Coup de pied circulaire retourné

ou

Option B Casse en dextérité

2 cibles de 1 planche avec des coups de pied sautés ou 3 cibles de 1 planche avec des coups de pied non sautés

Total : 120 points

Examen du 5ème dan

Module 1 : Combinaison de défense sur percussions ou saisies

20 points

- A/ 1 défense contre une attaque directe du poing au visage
- B/ 1 défense contre une attaque directe de coup de pied
- C/ 1 défense contre une saisie au poignet
- D/ 1 défense contre une saisie de face au vêtement ou un étranglement
- E/ 1 défense contre une saisie de dos au vêtement ou un ceinturage
 - chaque défense est composée d'une protection suivie d'un enchaînement de trois clefs

Module 2 : Défense contre clefs ou projection

20 points

- A/ 1 défense contre une clef au poignet
- B/ 1 défense contre une clef au coude
- C/ 1 défense contre une projection de hanche
- D/ 1 défense contre un balayage de jambe

Module 3 : Maniement d'une arme

20 points

- A/ présentation de 10 techniques offensives avec une arme
- B/ présentation de 5 techniques de défenses avec la même arme

Module 4 : Casse dextérité

20 points

- A/ 1 Casse en dextérité
 - 2 cibles de 1 planche avec des coups de pied sautés ou 3 cibles de 1 planche avec des coups de pied non sautés

Module 5 : Casse puissance ou Formes

20 points

- A/ Casse en puissance.
2 cibles constituées de 2 planches (soit 4 planches au total)
 - 3) 1 casse avec les membres supérieurs. Techniques autorisées : Coup de coude, Tranchant de la main, Paume de la main, Coup de poing
ou
 - 4) 1 casse avec les membres inférieurs (coup de pied non sauté non chassé).
Techniques autorisées : Coup de pied latéral, Coup de pied circulaire, Coup de pied retourné direct, Coup de pied circulaire retourné
- ou

- B/ 1 forme (type POUMSAE) à main nue
 - proposé au jury un mois avant la date de l'examen
 - sur une vidéo ou une série de diapositive
 - entre 10 et 20 séquences de mouvements
 - entre 1' et 3'

Module 5 : Combat souple

10 points

- A/ un combat libre contre 2 adversaire 1'
- B/ un combat libre contre 1 adversaire 1'

Module 6 : Théorie

10 points

1. évaluée sur la rédaction d'un mémoire écrit soutenu à l'oral
2. proposé par la CNH par écrit parmi un des thèmes officiels
3. validé deux mois avant par le candidat auprès de la CNH
4. remis un mois avant la date de l'examen

Thématiques (référentiel TKD FFTDA)

1. la FFTDA ses missions de structurations et de développement du Hapkido.
2. le Hapkido français son histoire.
3. le Hapkido au sein des arts martiaux et des sports de combats en France.
4. le Hapkido et sa pratique selon les publics.

Total : 120 points

Examen du 6ème dan

Module 1 : Défense contre percussions, saisies, clefs, projection

30 points

- A/ 1 défense contre une attaque directe du poing au visage
- B/ 1 défense contre une saisie au poignet
- C/ 1 défense contre une saisie de face au vêtement ou un étranglement
- D/ 1 défense contre une saisie de dos au vêtement ou un ceinturage
- E/ 1 défense contre une clef
- F/ 1 défense contre une projection de hanche

Module 2 : Casse dextérité

20 points

- A/ 1 Casse en dextérité
 - 2 cibles de 1 planche avec des coups de pied sautés ou 3 cibles de 1 planche avec des coups de pied non sautés

Module 3 : Casse puissance ou Formes

20 points

- A/ Casse en puissance.
 - 2 cibles constituées de 2 planches (soit 4 planches au total)
 - 1 casse avec les membres supérieurs. Techniques autorisées : Coup de coude, Tranchant de la main, Paume de la main, Coup de poing
 - ou
 - 1 casse avec les membres inférieurs (coup de pied non sauté non chassé).
Techniques autorisées : Coup de pied latéral, Coup de pied circulaire, Coup de pied retourné direct, Coup de pied circulaire retourné

ou

- B/ 1 forme (type POUMSAE) à main nue
 - proposé au jury un mois avant la date de l'examen
 - sur une vidéo ou une série de diapositive
 - entre 10 et 20 séquences de mouvements
 - entre 1' et 3'

Module 4 : Défense contre plusieurs adversaires

20 points

- Série 1 : contre 2 adversaires de face à 45°
- A/ 1 défense contre des attaques avec le poing de face
 - B/ 1 défense contre des saisies au vêtement ou au poignet

- Série 2 : contre 1 adversaire de face et un de dos
- A/ 1 défense contre des attaques successives ou simultanées avec le pied ou le poing
 - B/ 1 défense contre des saisies simultanées dont une de face et une de dos au vêtement ou au corps

Module 5 : Démonstration et analyse technique

20 points

- 1^{er} temps : démonstration de 4 techniques
- A/ 1 mouvements à main nue en attaque (percussion, contrôle)
 - B/ 1 mouvement à main nue en défense (clef, projection)
 - C/ 1 mouvements avec une arme en attaque (percussion, contrôle)
 - D/ 1 mouvement avec une arme en défense (blocage ou clefs)

- 2^{ème} temps : analyse de chacune des séries de A à D
- A/ les points clefs de la réalisation
 - au niveau moteur (respiration, appuis, coordination)
 - au niveau cognitif (processus d'acquisition, exercices de perfectionnement)
 - B/ les points clefs de l'application et méthodes de travail
 - au niveau mécanique (sécurité, structure du corps, points vitaux)
 - au niveau émotionnel (contrôle, énergie)

Module 6 : Théorie

10 points

- évaluée sur la rédaction d'un mémoire écrit soutenu à l'oral

- proposé par la CNH par écrit parmi un des thèmes officiels
- validé deux mois avant par le candidat auprès de la CNH
- remis un mois avant la date de l'examen

Thématiques (*référentiel inspiré HKD FFTDA*)

- la FFTDA ses missions de structurations et de développement du Hapkido.
- le Hapkido français son histoire.
- le Hapkido au sein des arts martiaux et des sports de combats en France.
- le Hapkido et sa pratique selon les publics.

Total : 120 points

6. Directives générales

Ces précisions viennent éclaircir des points non détaillés précédemment. Elles visent principalement 2 objectifs :

- ❖ Assurer la sécurité et l'intégrité physique des candidats, c'est là une priorité
- ❖ Permettre aux candidats d'exprimer pleinement leurs capacités physiques, leurs connaissances techniques et leur sens du combat tout en préservant l'image et l'identité du Hapkido

6.1. Module percussions

- Le jury précisera aux candidats les percussions qui doivent être réalisées ;
- Au choix du jury, ces techniques pourront être exécutées dans le vide, sur cible ou face à un partenaire.

6.2. Module défense sur saisie

- Le jury précisera la saisie que le candidat « attaquant » devra réaliser sur le candidat « défenseur ». Le jury précisera éventuellement si la saisie doit être réalisée à gauche ou à droite ;
- Il est souhaitable que le candidat présente le panel le plus large possible de ses connaissances techniques. Par conséquent le jury est en droit d'attendre une prestation qui reflète les connaissances du candidat en rapport avec le grade auquel il postule et la diversité technique du Hapkido. La répétition systématique d'une même technique sera sanctionnée, l'alternance de clés, de percussions et de projections différentes, voire leur combinaison sera donc valorisée.

6.3. Module défense contre percussion

- Le jury indiquera au candidat le type d'attaque : coup de pied (de face, latéral...), coup de poing (direct, circulaire, uppercut...);
- Le jury indiquera au candidat le niveau pour chaque attaque (haut, moyen, bas).

6.4. Module casses

- C'est la Commission Nationale de Hapkido qui se chargera de fournir le matériel de casse, à savoir des planches en bois (pin) qui seront facturées au candidat ;
- La Commission apportera des cibles (raquettes) au cas où le jury jugerait nécessaire d'exécuter certaines techniques sur cible. Ces techniques ne concernent évidemment pas les casses mais le module percussions.

6.5. Module combats souples

6.5.1. Épreuves

- 1^{er} dan :
 - 1 combat 1 vs 1 – percussions – 1 min
 - 1 combat 1 vs 1 – clés et projections – 1 min
- 2^{ème} dan: idem 1er dan
- 3^{ème} dan :
 - 1 combat 1 vs 2 – percussions – 1 min
 - 1 combat 1 vs 1 – clés et projections – 1 min
- 4^{ème} dan: idem 3^{ème} dan

6.6. Modalités

- **Combat « percussion »** : les règles de combat pourront s'inspirer du règlement en vigueur pour les compétitions de Taekwondo FFTDA
- **Combat « libre »** :
 - Les 2 candidats peuvent librement attaquer, défendre et contre attaquer. Les attaques et défenses sont constituées de percussions, projections, étranglements, saisies, immobilisations et clés, debout et au sol ;
 - Il doit y avoir un équilibre dans la variété des techniques utilisées, notamment la priorité sera donnée aux attaques et défenses mettant en avant clés et projections ;
 - Les saisies et le travail au sol ne doivent pas durer plus de 5 secondes, le jury interrompt les candidats et relance le combat si ce délai de 5 secondes est dépassé ;
 - Il s'agit de combats souples, d'assauts techniques ; en raison des techniques utilisées, une grande attention sera portée sur le contrôle et la maîtrise des candidats.

6.7. Techniques autorisées et interdites

- **Combats « percussions »** :

Autorisé

- Coups avec les membres inférieurs et supérieurs autorisés au plastron ;
- Touches avec les membres inférieurs et supérieurs autorisées au visage, contact léger et maîtrisé
- Touche contrôlée aux jambes

Interdit

- Pas de saisie, de projection ou de clé ;
- Interdiction de frapper l'adversaire au sol, le combat se fait debout.

- **Combats « libres »** :

Autorisé

- Les techniques autorisées pour le combat de « percussions » sont également autorisées pour le combat « libre » ;
- Étranglements autorisés ;
- Travail au sol et immobilisations autorisés ;
- Saisies et clés au corps, aux membres inférieurs et supérieurs autorisées ;
- Balayages et projections autorisés.

Interdit

- Interdiction de réaliser des clés de cou ;
- Pas de percussions au sol.

7. Conclusion

7.1. L'attitude

Le jury s'attache au respect de l'éthique, de l'image du Hapkido et de l'attitude en général au cours de l'examen. Les critères sont cités dans un ordre croissant, allant de l'attitude la plus négligée à l'attitude la plus en adéquation avec les principes des arts martiaux. L'attitude peut-être un facteur valorisant de la prestation.

- ✓ la démarche (nonchalante / correcte / décidée)
- ✓ le regard (distrain / concentré)
- ✓ la tenue (propre, hygiène, bijoux)
- ✓ les saluts (bâclés, simple hochement, inclinaison par-dessus le bassin)
- ✓ les annonces (inaudible, inarticulé, erronée / audible / retentissante)

7.2. Fin

A la fin des épreuves, le jury vérifie qu'il est en possession de toutes les notes. Il appelle les candidats en *dobok*, qui le restent jusqu'à la promulgation des résultats, et procède au salut.

- ✓ compilation des notes et moyennes
- ✓ délibération du jury si nécessaire (obligation d'être tous présents)
- ✓ signatures des jurys et vérification du président ou de secrétaire de séance, si celui-ci est nommé pour l'examen.

Si les résultats sont annoncés le jour même (il est possible de les donner à posteriori comme tout examen d'Etat) le jury doit veiller à annoncer clairement qu'il s'agit d'une proposition à l'acceptation car ce dernier est sujet à vérification.

8. Liste de l'ensemble des techniques et UNITES de VALEURS.

Cette annexe est tirée du cahier technique élaboré par le Grand Maître LEE Eun-Jong, 9^{ème} dan Hapkido, Conseiller Technique Fédéral Hapkido auprès de la F.F.T.D.A. Elle a pour but de lister l'ensemble des techniques qui peuvent être demandées et/ou évaluées lors du passage de grade dan.

Suivant les directives dictées par la DTN et validées par le bureau, les examens du Hapkido appliquent la validation modulaire. Cela s'entend que pour chaque grade, les épreuves sont regroupées en 3 modules et qu'en cas d'échec, les modules réussis sont conservés pour le prochain passage, évitant ainsi au candidat de repasser la totalité des modules.

Les regroupements d'épreuves en unités de valeurs sont identifiés ci-dessous.

⇒ 1^{er} dan et II Poom :

- ✓ Unité de valeurs 1 : 20 points
 - Chutes.
 - Percussions.
- ✓ Unité de valeurs 2 : 40 points
 - Défenses contre saisies.
 - Défenses contre percussions.
- ✓ Unité de valeurs 3 : 40 points
 - Défenses contre couteau.
 - Combat souple.

⇒ 2^{ème} dan :

- ✓ Unité de valeurs 1 : 20 points
 - Chutes.
 - Percussions.
- ✓ Unité de valeurs 2 : 40 points
 - Défenses contre saisies..
 - Défenses sur position assise au sol.
- ✓ Unité de valeurs 3 : 40 points
 - Attaque et défenses avec bâton court.
 - Combat souple.

⇒ 3^{ème} dan :

- ✓ Unité de valeurs 1 : 30 points
 - Chutes.
 - Défenses contre percussions.
- ✓ Unité de valeurs 2 : 40 points
 - Défenses en position assise sur une chaise.
 - Attaques et défenses avec la ceinture.
- ✓ Unité de valeurs 3 : 50 points
 - Combat souple.
 - Casse en dextérité.

⇒ 4^{ème} dan :

- ✓ Unité de valeurs 1 : 40 points
 - Défenses contre percussions et saisies.
 - Défenses contre armes.
- ✓ Unité de valeurs 2 : 40 points
 - .Attaques et défenses avec la canne.
 - Attaques et défenses avec le bâton long.
- ✓ Unité de valeurs 3 : 40 points
 - Combat souple.
 - Casse (dextérité ou puissance).

⇒ 5^{ème} dan :

- ✓ Unité de valeurs 1 : 40 points
 - Combinaisons de défense sur percussions et saisies.
 - Défenses contre clés ou projection.

- ✓ Unité de valeurs 2 : 40 points
 - Maniement d'une arme.
 - Casse dextérité.

- ✓ Unité de valeurs 3 : 40 points
 - Casse puissance ou formes.
 - Combat souple.
 - Casse (dextérité ou puissance).
 - Théorie.

⇒ 6^{ème} dan :

- ✓ Unité de valeurs 1 : 50 points
 - Défense contre percussions, saisies, clés, projections.
 - Casse dextérité.

- ✓ Unité de valeurs 2 : 40 points
 - Casse puissance ou formes.
 - Défense contre plusieurs adversaires.

- ✓ Unité de valeurs 3 : 30 points
 - Démonstration et analyse technique.
 - Théorie.

9. Techniques communes à l'ensemble des grades :

9.1. Techniques de Chutes

NAK BOP Techniques de chutes

	NAK BOP	TECHNIQUES DE CHUTES
1	Jeon bang nak bop	Chute avant
2	Hu bang nak bop	Chute arrière
3	Chik bang nak bop	Chute latérale
4	Hwae joen nak bop	Roulade avant
5	Gong jung nak bop	Chute avant: hauteur / longueur
6	Mureup nak bop	Chute à genoux

9.2. Techniques de percussions

BAL CHAGI Coups de pied de base SANG DAN CHAGI / JUNG DAN CHAGI Coups de pied niveaux haut et moyen

	SANG / JUNG DAN CHAGI	COUPS DE PIED - NIVEAUX HAUT / MOYEN
1	Dwikumchi olyo chagi	Coup de pied ascendant
2	An jokdo chagi	Coup de pied semi circulaire, avec intérieur du pied
3	Bakat jokdo chagi	Coup de pied semi circulaire, avec extérieur du pied
4	Ap chagi	Coup de pied de face
5	Yeop chagi	Coup de pied latéral
6	Chigo chagi	Coup de pied circulaire
7	Dwikumchi dolyo chagi	Coup de pied crocheté avec le talon
8	Dwikumchi naeryo chagi	Coup de pied marteau
9	Bakat jokdo milo chagi	Coup de pied poussé de face avec tranchant du pied
10	Dwit chagi	Coup de pied arrière

HA DAN CHAGI Coups de pied niveau bas

	HA DAN CHAGI	COUPS DE PIED NIVEAU BAS
1	Ha dan an jokdo chagi	Coup de pied au tibia avec intérieur du pied (en écrasant)
2	Ha dan bakat jokdo chagi	Coup de pied circulaire au genou avec tranchant de pied
3	Ha dan jokgi chagi	Coup de pied au niveau de la partie génitale
4	Ha dan chigo chagi	Coup de pied circulaire niveau cuisse
5	Ha dan yeop chagi	Coup de pied latéral bas
6	Ha dan dwikumchi dolyo chagi	Coup de pied avec le talon de l'intérieur vers l'extérieur
7	Ha dan dwikumchi hoolyo chagi	Coup de pied en balayant avec le talon
8	Ha dan mureup chagi	Coup de genou

KONG KYEOK BAL CHAGI Coups de pied spéciaux

	KONG KYEOK BAL CHAGI	COUPS DE PIEDS SPECIAUX
1	Chigo chago dwi dola chigo chagi	Coup de pied circulaire + rotation coup de pied circulaire
2	Yoen bal ap chago oh reun bal chigo chagi	Coup de pied de face jambe gauche + coup de pied circulaire jambe droite
3	Dwi myeo chigo chagi	Coup de pied circulaire sauté
4	Dwi dolyo chagi	Coup de pied retourné fouetté avec le talon
5	Anja dwi dolyo chagi	Coup de pied retourné fouetté avec le talon au sol
6	Anja chigo chagi	Coup de pied circulaire au sol
7	Du bal moa ap chagi	Coup de pied sauté de face les 2 jambes en même temps
8	Dwi myeo dwi dolyo chagi	Coup de pied sauté retourné fouetté avec le talon
9	Du bal dolyo ap chagi	
10	Yi dan chigo chagi	Coup de pied circulaire sauté avec élan

11	Yi dan ap chagi	Coup de pied de face avec élan
12	Yi dan yeop chagi	Coup de pied latéral avec élan
13	Bal deung bakat chagi	Frappe décroisée avec le dessus du pied, intérieur vers extérieur
14	Dwi dola chigo chagi	Rotation avec coup de pied circulaire
15	Ap chago dwi eo ap chagi	Coup de pied de face + coup de pied de face sauté
16	Dwi dolyo chagi	Coup de pied retourné fouetté avec le talon

YEON TA BAL CHAGI
Combinaison de coups de pieds

	YEON TA BAL CHAGI	COMBINAISON DE COUPS DE PIEDS
1	An jokdo bakat jokdo chagi	Coup de pied semi circulaire avec intérieur du pied + coup de pied semi circulaire avec extérieur du pied (même jambe)
2	Apchago yeop chagi	Coup de pied de face + coup de pied latéral (même jambe)
3	Hadan sangdan chigo chagi	Coup de pied circulaire bas + coup de pied circulaire haut (même jambe)
4	Hadan sangdan yeop chagi	Coup de pied latéral bas + coup de pied latéral haut (même jambe)
5	Bakat jokdo chago chigo chagi	Coup de pied semi circulaire avec extérieur du pied + coup de pied circulaire (même jambe)
6	Jokki ap chago yeop chagi	Coup de pied de face + coup de pied latéral même jambe
7	Jokki ap chago dwi chagi	Coup de pied de face + coup de pied arrière même jambe
8	Jokki chago chigo chagi	
9	An jokdo chago dwi myeo yeop chagi	Coup de pied semi circulaire intérieur du pied + coup de pied latéral sauté
10	Chigo chago dwi myeo chigo chagi	Coup de pied circulaire + coup de pied circulaire sauté
11	Ap chago dwi myeo ap chagi	Coup de pied de face + coup de pied de face sauté
12	Yeop chago dwi myeo yeop chagi	Coup de pied latéral + coup de pied latéral sauté
13	Yoen bal oh reun bal yeop chagi	Coup de pied latéral gauche + droite
14	Jwa jokki yeop chago yu dwi myeo yeop chagi	
15	Chigo dwi dolyo chagi	
16	Dwi dolyo chago chigi	
17	An jokdo dwi dola an jokdo chagi	Coup de pied semi circulaire, avec intérieur du pied puis rotation avec le même coup de pied

Seules les techniques de percussion avec les membres inférieurs sont répertoriées. Les techniques de membres supérieurs étant communes à l'ensemble des styles de Hapkido.

10. Défenses contre saisies

SON MOK HO SHIN SUL KI Self défense contre saisie au poignet

PAEGO SON MOK CHIKI Dégagements et percussions

	SON MOK KI	DEFENSE SUR SAISIE AU POIGNET
1	Bandae son mok	Saisie croisée
2	Du son jabgi	Saisie 2 mains sur 1 main
3	Du son mok	Saisie des 2 mains
4	Han son mok	Saisie décroisée même côté

SUN KONG KYEOK CHIKI Techniques d'attaque

	SON MOK KI	DEFENSE SUR SAISIE AU POIGNET
1	Bandae son mok	Saisie croisée
2	Du son jabgi	Saisie 2 mains sur 1 main
3	Du son mok	Saisie des 2 mains
4	Han son mok	Saisie décroisée même côté

KEOK KI Clés

	SON MOK KI	DEFENSE SUR SAISIE AU POIGNET
1	Bandae son mok	Saisie croisée
2	Du son jabgi	Saisie 2 mains sur 1 main
3	Du son mok	Saisie des 2 mains
4	Han son mok	Saisie décroisée même côté

SUN KONG KYEOK CHIKI YEON KYEOL DONG JAK Techniques d'attaque enchaînées

	SON MOK KI	DEFENSE SUR SAISIE AU POIGNET
1	Bandae son mok	Saisie croisée
2	Du son jabgi	Saisie 2 mains sur 1 main
3	Du son mok	Saisie des 2 mains
4	Han son mok	Saisie décroisée même côté

AP MYUN EUI BOK KI Saisie aux vêtements de face

	AP MYUN EUI BOK KI	SAISIE AUX VETEMENTS DE FACE
1	Myeoksal baro	Saisie au revers, pouce vers le haut
2	Myeoksal dang gyeo	Saisie au revers de près et torsion vers le haut
3	Myeoksal teul eo	Saisie au revers, pouce vers le bas
4	Heo baro	Saisie de ceinture main dessus
5	Heo bandae	Saisie de ceinture main dessous
6	Yeop kuri	Saisie sur le côté du dobok
7	So mae keut	Saisie bas de manche, pouce vers le bas
8	So mae jung dan	Saisie milieu de manche
9	Eo kae	Saisie niveau épaule
10	Mok dwi	Saisie arrière du col
11	Meori	Saisie de face aux cheveux
12	Bandae eo kae	Saisie croisée niveau épaule
13	Bandae so mae jung dan	Saisie croisée milieu de manche, pouce vers le bas
14	Bandae so mae keut	Saisie croisée bas de manche

SUN KONG KYEOK KEOK KI
Clés en attaque

	SUN KONG KYEOK KEOK KI	CLES EN ATTAQUE
1	Pal kup keok ki	Clé de coude
2	Cheon naeng yeon kal noki	Technique du "sabre de main"
3	Bu chyaeh hyoeng keok ki	Clé en éventail

HU MYUN EUI BOK KI
Saisie arrière aux vêtements

	HU MYUN EUI BOK KI	SAISIE ARRIERE AUX VETEMENTS
1	Dwi mok del mi	Saisie arrière au col
2	Dwi du eo kae	Saisie arrière aux épaules (1 main sur chaque épaule)
3	Dwi du palkup	Saisie arrière milieu de manche (1 main sur chaque coude)
4	Dwi du son mok	Saisie arrière aux 2 poignets
5	Dwi du son jabgi	Saisie arrière des 2 poignets serrés l'un contre l'autre
6	Dwi han son mok	Saisie arrière poignet + épaule (mêmes temps et côté)
7	Dwi mom tong	Saisie arrière à la taille (doigts croisés)
8	Dwi mom tong ggak ji	Saisie arrière à la taille (1 main tient le poignet)
9	Dwi du pal poham jabgi	Saisie arrière bras plaqués le long du corps
10	Dwi mok del mi ggak ji	Clé de cou arrière « nelson »

SUN SUL
Techniques d'attaque avec suivi au sol

	SUN SUL	TECHNIQUES D'ATTAQUE
1	Sun kong kyeok chiki	Techniques offensives avec percussions mains et coudes
2	Sun kong kyeok keok ki	Techniques offensives avec clés
3	Sun kong kyeok deon jigi	Techniques offensives avec projections
4	Sun kong kyeok balo chagi	Techniques offensives avec coups de pied

11. Défenses contre percussions

JU MEUK MAKKI (= bang kwon sul) Défense contre coups de poing

MAKKI Blocages

	MAKKI	BLOCAGES
1	Yeon son makki	Blocage extérieur main gauche
2	Oh reun son makki	Blocage extérieur main droite
3	Yeon son cheo nae makki	Blocage main gauche en « aile de pigeon »
4	Oh reun son ol ryeo makki	Blocage haut main droite
5	Yeon son ol ryeo makki	Blocage haut main gauche
6	Yooja sei oh reun son makki	Blocage intérieur main droite (jambe droite devant)

JU MEUK MAKKI Défense contre coups de poing

	JU MEUK MAKKI	DEFENSE CONTRE COUPS DE POING
1	Ju meuk makgo chiki	Blocage + percussions mains et coudes
2	Ju meuk makgo keok ki	Blocage + clés
3	Ju meuk makgo deon jigi	Blocages + projections
4	Ju meuk balo makki	Blocages avec les jambes

BAL MAKKI (= bang jok sul) Défense contre coups de pied

KIBON BAL MAKKI Blocages de base contre coups de pied

	KIBON BAL MAKKI	BLOCAGES DE BASE CONTRE COUPS DE PIED
1	Du son ywi arae makki	
2	Yeon son makki	Blocage main gauche
3	Oh reun son makki	Blocage main droite
4	Yeon son che nei makki	
5	Du son naeryo makki	

BAL MAKKI Défense contre coups de pied

	BAL MAKKI	DEFENSE CONTRE COUPS DE PIED
1	Yeop chagi makki	Défense contre coup de pied latéral
2	Yeop chagi makgo chiki	Percussion contre coup de pied latéral
3	Yeop chagi makgo keok ki	Clé contre coup de pied latéral
4	Yeop chagi makgo deon jigi	Projection coup de pied latéral
5	Yeop chagi makgo balo chagi	Blocage avec les jambes contre coup de pied latéral
6	Ap chagi makki	Défense contre coup de pied de face
7	Chigo chagi makki	Défense contre coup de pied circulaire
8	Dwi dolyo chagi makki	Défense contre coup de pied retourné fouetté avec le talon

12. Défenses contre Projections

YU SUL MAKKI (= Deon jigi makki) Défense contre projections

DEON JIGI Projections

	DEON JIGI	PROJECTIONS
1	Up eo deon jigi	Projection d'épaule
2	Yoe git up deon jigi	Projection de bras
3	Bakat dari hoo reu deon jigi	Balayage
4	He ri me che deon jigi	Projection de hanche
5	Palkup koek eo deon jigi	Projection avec coude en hyper extension

DEON JIGI MAKKI Défense contre projections

	DEON JIGI MAKKI	DEFENSE CONTRE PROJECTIONS
1	Du son jab yeulte	Défense contre tentative de saisie
2	Du son myeoksal	Défense contre saisie de face aux vêtements à 2 mains
3	Deon jigi bang eo	Défense contre projection amorcée par l'adversaire
4	Bal deon jigi bang eo	Défense contre balayage

ETRANGLEMENTS

SUN KONG KYEOK JO REUGI

Étranglements en attaque

	SUN KONG KYEOK JO REUGI	ETRANGLEMENTS EN ATTAQUE
1	Ap jo reugi	Étranglement de face mains croisées
2	Yeop jo reugi	Étranglement sur le côté
3	Dwi jo reugi	Étranglement par derrière
4	Nu eo se jo reugi	Étranglement au sol

JO REUGI MAKKI

Défense contre étranglement

	JO REUGI MAKKI	DEFENSE CONTRE ETRANGLEMENT
1	Ap mok kit jo reugi	Étranglement de face mains croisées
2	Ap ye se mok jo reugi	Étranglement de face, tête bloquée sous l'aisselle
3	Yeop mok jo reugi	Étranglement de côté, tête bloquée sous l'aisselle
4	Dwi mok jo reugi	Étranglement par derrière
5	Nu eo se mok jo reugi	Étranglement au sol mains croisées
6	Nu eo se yeop mok jo reugi	Étranglement au sol de côté

⇒ A partir du grade de il poom et 1^{er} dan :

13. Défenses de Saisie.

SON MOK KI

Défense sur saisie du poignet

	SON MOK KI	DEFENSE SUR SAISIE DU POIGNET
1	Bandae son mok	Saisie croisée
2	Du son jabgi	Saisie 2 mains sur 1 main
3	Du son mok	Saisie des 2 mains
4	Han son mok	Saisie décroisée même côté
Keok ki / deon jigi - Combinaison de clés et projections Kong kyeok ki - Techniques d'attaque		

AP MYUN EUI BOK KI

Saisie aux vêtements de face

	AP MYUN EUI BOK KI	SAISIE AUX VETEMENTS DE FACE
1	Myoksal baro	Saisie au revers, pouce vers le haut
2	Myoksal dang gyeo	Saisie de près et torsion vers le haut
3	Myoksal teul eo	Saisie au revers, pouce vers le bas
4	Heo baro	Saisie de ceinture main dessus
5	Heo bandae	Saisie de ceinture main dessous
6	Yeop kuri	Saisie sur le côté du dobok
7	So mae keut	Saisie bas de manche, pouce vers le bas
8	So mae jung dan	Saisie milieu de manche
9	Eo kae	Saisie niveau épaule
10	Mok dwi	Saisie arrière du col
11	Meori	Saisie de face aux cheveux
12	Bandae eo kae	Saisie croisée niveau épaule
13	Bandae so mae jung dan	Saisie croisée milieu de manche, pouce vers le bas
14	Bandae so mae keut	Saisie croisée bas de manche
Keok ki / deon jigi - Combinaison de clés et projections Kong kyeok ki - Techniques d'attaque		

ARMES

KAL MAKKI

Défense contre attaque au couteau

	KAL MAKKI	DEFENSE CONTRE COUTEAU
1	Ap ye se kong kyeok	Attaque de face
2	Yeop ye se kong kyeok	Attaque vers l'extérieur
3	An ye se kong kyeok	Attaque vers l'intérieur
4	Ywi ye se kong kyeok	Attaque de haut en bas

DAN BONG SUL

Bâton court

	DAN BONG SUL MAKKI	BLOCAGES AU BATON COURT
1	Sang dan	Blocage haut
2	Jung dan	Blocage moyen
3	Ha dan	Blocage bas

JUKDO SUL KI**Mouvements de base au jukdo (sabre en bambou)**

	JUKDO SUL KI	MOUVEMENTS AU SABRE EN BAMBOU
1	Sang dan chigi	Attaque verticale
2	Jung dan chigi	Attaque horizontale
3	Ha dan chigi	Attaque oblique
4	Sang dan makki	Blocage haut
5	Jung dan makki	Blocage moyen
6	Ha dan makki	Blocage bas

⇒ A partir du grade de 2^{ème} dan :

14. Défenses contre saisies et percussions

TEUK SU

Techniques spéciales

	TEUK SU	TECHNIQUES SPECIALES
1	Son mok ki	Défense sur saisie aux poignets
2	Eui bok ki	Défense sur saisie aux vêtements
3	Ju meuk makki	Défense contre coups de poing
4	Bal makki	Défense contre coups de pied
Techniques de défense combinées		

JWA GI SUL

Défense assise

	JWA GI SUL	DEFENSE ASSISE
1	Son mok ki	Défense contre saisie de poignet
2	Eui bok ki	Défense contre saisie aux vêtements
3	Ju meuk makki	Défense contre coups de poing

ARMES

DAN BONG SUL

Bâton court

	DAN BONG SUL	BATON COURT
1	Makki	Blocages
2	Chigi	Percussions
3	Keok ki	Clés
4	Deon jigi	Projections

JUKDO SUL KI

Techniques de jukdo (sabre en bambou)

	JUKDO SUL KI	MOUVEMENTS AU SABRE EN BAMBOU
1	Sang dan chigi	Attaque verticale
2	Jung dan chigi	Attaque horizontale
3	Ha dan chigi	Attaque oblique
4	Sang dan makki	Blocage haut
5	Jung dan makki	Blocage moyen
6	Ha dan makki	Blocage bas

⇒ A partir du grade de 3^{ème} dan :

15. Défenses contre saisies et percussions

TEUK SU

Techniques spéciales

	TEUK SU	TECHNIQUES SPECIALES
1	Son mok ki	Défense sur saisie aux poignets
2	Eui bok ki	Défense sur saisie aux vêtements
3	Ju meuk makki	Défense contre coups de poing
4	Bal makki	Défense contre coups de pied

YEUI JA SUL

Défense sur chaise

	YEUI JA SUL	DEFENSE SUR CHAISE
1	Son mok ki	Défense contre saisie de poignet
2	Eui bok ki	Défense contre saisie aux vêtements
3	Ju meuk makki	Défense contre coups de poing
4	Bal makki	Défense contre coup de pied

ARMES

PHO BAK SUL KI

Techniques avec ceinture / corde

	PHO BAK SUL KI	TECHNIQUES AVEC CEINTURE
1	Sun kong kyeok ki	Techniques offensives
2	Ju meuk makki	Défense contre coups de poing
3	Bal makki	Défense contre coups de pied

JUKDO SUL KI

Techniques de sabre en bambou

Enchaînement de techniques de protections contre un sabre en bois et d'attaques sur bâton court.

MOK KOM SUL KI

Techniques sabre en bois

	MOK KOM SUL KI	MOUVEMENTS AU SABRE EN BOIS
1	Sang dan chigi	Attaque verticale
2	Jung dan chigi	Attaque horizontale
3	Ha dan chigi	Attaque oblique
4	Sang dan makki	Blocage haut
5	Jung dan makki	Blocage moyen
6	Ha dan makki	Blocage bas

⇒ A partir du grade de 4^{ème} dan :

16. Défenses contre saisies, percussions et contres

TEUK SU

Techniques spéciales

	TEUK SU	TECHNIQUES SPECIALES
1	Son mok ki	Défense sur saisie aux poignets
2	Eui bok ki	Défense sur saisie aux vêtements
3	Ju meuk makki	Défense contre coups de poing
4	Bal makki	Défense contre coups de pied

YOK SU

Techniques de contre
Attaque – défense – contre attaque

ARMES

JI PANG YI

Techniques offensives et défensives avec la canne

	JI PANG YI SUL KI	TECHNIQUES AVEC CANNE
1	Sun kong kyeok ki	Techniques offensives
2	Ju meuk makki	Défense contre coups de poing
3	Bal makki	Défense contre coups de pied

JANG BONG SUL

Techniques offensives et défensives au bâton long

	JANG BONG SUL KI	MOUVEMENTS AU BÂTON LONG
1	Sang dan chigi	Attaque verticale
2	Jung dan chigi	Attaque horizontale
3	Ha dan chigi	Attaque oblique
4	Sang dan makki	Blocage haut
5	Jung dan makki	Blocage moyen
6	Ha dan makki	Blocage bas