

# Ceinture Bleue 1 barrette rouge – 5ème keup

Membres Supérieurs	
Pyonn Son Keut Eupo Tchireugi	Piqué de doigts, paume vers le sol
Pyon sonn keut ale jetcho tchireugui	Coup avec l'extrémité des doigts, paume vers le ciel, niveau bas
Batangson ale maki	Blocage descendant avec la paume de la main, niveau bas ventre
Han sonnal ale maki	Blocage vers l'extérieur avec le tranchant ext du bras, niveau bas, l'autre bras plié à la ceinture
Han sonnal ale yop maki	Blocage vers l'extérieur avec le tranchant ext. du bras, de profil, l'autre bras plié à la ceinture
Membres Inférieurs	
Milo Tchagi	Coup de pied frontal en poussant avec le dessous du pied
Ap Bal Tchagi	Coup de pied jambe avant
Duit Bal Tchagi	Coup de pied jambe arrière
Ap bal Kouroh tchagui	Coup de pied jambe avant, pas glissé
Duit Bal Kouroh tchagui	Coup de pied jambe arrière, pas glissé
GENERALITES	
Apeuro Nagamienso	En avançant
Dwiro Moulo namien so	En reculant
Deung joumok	Revers du poing
Me joumok	Marteau du poing
Pyon sonn keut	L'extrémité des doigts
Batangsonn	La paume
A gui sonn	La palme de la main
ARBITRAGE	
Règles WKO System	Liste des possibilités de victoire
Spécificités des compétitions assauts	Critères de jugement des compétitions enfants
Spécificités des compétitions avec plastrons électroniques	Principe des Scorer / Video Replay