



# TAEKWONDO ENFANT

## LEXIQUE

|  | 8 KEUP   | 7 KEUP  |
|--|--|---|
|  | <b>CEINTURE VIOLETTE</b>   | <b>CEINTURE VIOLETTE 1 BARETTE</b>  |
| TERMES<br>« OFFICIELS »                      | <p style="color: red;">Idem 9 Keup +</p> <p><b>Sa Beum Nim Maitre</b><br/>Maitre<br/><b>Kyo Sa Nim</b><br/>Assistant, instructeur</p>  | <p style="color: red;">Idem 8 Keup +</p> <p><b>Owen / Oren ...Seogi</b><br/>Position coté gauche (owen)<br/>Position coté droit (oren)</p> <p><b>Pieuni seugi</b><br/>Pieds écartés, distance un pied entre les talons, pointes de pieds à 30° vers l'extérieur</p> |
| ARBITRAGE                                    | <p><b>Kallyeu</b> Pause<br/><b>Kesso</b> Reprise<br/><b>Geu Man</b> Arrêt</p>  |   |
| POSITIONS de<br>BASE                         | <p><b>Dwitt Koubi Seogi</b><br/>Pieds perpendiculaires distant d'un pas 1/2, talons sur la même ligne, jambes fléchies (1/3 sur jambe avant, 2/3 sur Jbe arrière) genoux orientés vers les orteils</p> |   |
| COUP DE PIED<br>« TCHAGI »                   | <p><b>Foulyo tchagi</b><br/>Coup de pied de profil, frappe inversée avec le talon ou dessus du pied<br/><b>Dwiro dora foulyo tchagi</b><br/>Rotation 360° avec foulyo tchagi</p>                       | <p><b>Nakka tchagi</b><br/>Coup de pied de profil crocheté, frappe avec le talon</p> <p><b>Kodeup tchagi</b><br/>Plusieurs fois, même coup de pied, même jambe, sans reposer</p> <p><b>Tio Tchagui</b><br/>Coup de pieds sauté</p>                                  |
| BLOCAGE<br>MEMBRES<br>SUPERIEURS<br>« MAKI » |  | <p><b>Hann sonnall momtong yop maki</b><br/>Blocage circulaire du tranchant, vers l'extérieur niveau plexus, de profil, autre poing à la ceinture</p>   |
| ATTAQUES<br>MEMBRES<br>SUPERIEURS            | <p><b>Han sonnall Mok Tchigi</b><br/>Frappe du tranchant niveau cou vers l'int jambe avant</p> <p><b>Han sonna Jepipom Mok tchigi</b><br/>Frappe du tranchant niveau cou vers l'int jambe arrière</p>  |   |
| « POOMSE »<br>Forme                          | <b>Poomse Sam Jang</b>   | <b>Poomse Sam Jang</b>  |

6KEUP 5KEUP 4KEUP

3KEUP 2KEUP 1 KEUP

1DAN

Se référer au lexique adulte