



COMITE TECHNIQUE

Notice CT3 sur les ceintures du CTS au 05/10/2022

Cette notice définit toutes les ceintures du CTS Taekwondo et est basée sur les notices CT1 et CT2.

Pour rappel, les babys ont un contrôle continu et il faut se référer à la notice « progression édu-motrice » de notre DTN Patrick Rosso disponible sur notre site internet ou sur le site de la fftda : https://www.fft-da.fr/files/file/Communication/Livret_Enseignant_V4.pdf.

Il s'agit des familles des oiseaux, des félins et des reptiles

Pour les enfants (de 6 à 11 ans), le CTS Taekwondo a défini 7 ceintures qui sont :

1. Blanche
2. Orange
3. Orange 1 barrette verte
4. Verte
5. Verte 1 barrette violette
6. Violette (8^{ème} KEUP)
7. Violette 1 barrette bleu (7^{ème} KEUP)

Lors des passages de ceintures enfant il y a de 2 à 4 épreuves selon le grade :

- Une épreuve de combat codifié composé d'un Kitcho ou d'un poomsé
- Une épreuve de Kibon (base, techniques de blocages et d'attaques, voir annexe)
- Une épreuve de han bon Kireugi (self attack)
- Une épreuve de combat sans touche (voir kyorughi)

Pour les adultes (et les plus de 11 ans), le CTS Taekwondo a défini 9 ceintures qui sont :

- 1 Blanche
- 2 Jaune (8^{ème} KEUP)
- 3 Jaune 1 barrette bleue (7^{ème} KEUP)
- 4 Bleue (6^{ème} KEUP)
- 5 Bleue 1 barrette rouge (5^{ème} KEUP)
- 6 Bleue 2 barrettes rouges (4^{ème} KEUP)
- 7 Rouge (3^{ème} KEUP)
- 8 Rouge 1 barrette noire (2^{ème} KEUP)
- 9 Rouge 2 barrettes noires (1^{ère} KEUP)

Lors des passages de ceintures il y a de 4 à 7 épreuves selon le grade :

- Une épreuve (ou deux) de combat codifié composé d'un poomsé
- Une épreuve de Kibon (Base, techniques de blocages et d'attaques, voir annexe)
- Une épreuve de han bon Kireugi (self attack)
- Une épreuve de combat sans touche (voir kyorughi)
- Une épreuve de Ho Shin Soul (self-défense)
- Une épreuve entretien règlement / arbitrage (voir annexe)