

# Académie de Taekwondo de Bruguières

## Grille n°7 des compétences attendues pour le passage de grade

(recto)

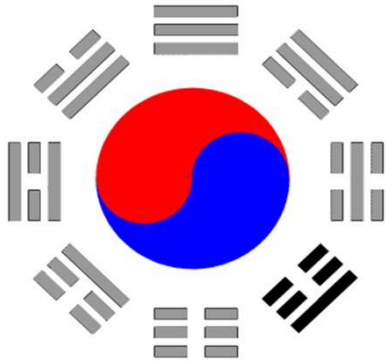
Poumse de référence:

**Tae geug - 7**

**TCHIL JANG**

Représentation :

**La montagne**



**Diagramme : 王 (le roi)**

Le Poum-se Taegeug TCHIL JANG est exigé.  
Ne pas pouvoir l'exécuter est éliminatoire.  
Les Poum-se précédents sont susceptibles d'être demandés à présenter.

Rappel, la notation porte sur :

Le diagramme (

L'équilibre et la fluidité durant l'exécution,

sans frappe au sol.

La précision des techniques appliquées

L'intensité et les verrouillages des techniques

Le rythme, la bonne vitesse

L'expression du KI HAP et le regard

Si le diagramme est incorrect, une deuxième tentative sera notée (note alors divisée par 2)

Voir les schémas de Poum-se sur les fiches à disposition ou sur les vidéos

Grades de référence :

Enfants

Ados et adultes

**Benjamins**  
9 - 10 ans

**Cadets**  
13 - 14 ans

**Minimes**  
11 - 12 ans

**Juniors**  
15 - 16 - 17 ans

**Séniors**  
18 ans et +

**3è keup**

**3è keup**

Lexique des termes coréens additionnels à assimiler dès ce niveau :

| Transcription officielle FFTDA : |                              | Recherche de termes originaux : |               |
|----------------------------------|------------------------------|---------------------------------|---------------|
| <b>BEU</b>                       | Exécutif                     | <b>브</b>                        | BEU           |
| <b>BOM</b>                       | Tigre                        | <b>범</b>                        | BEOM          |
| <b>BO</b>                        | Envelopper                   | <b>보</b>                        | BO            |
| <b>EUT KEULEU</b>                | En réceptacle                | <b>의그릇</b>                      | EUY GEU LEUTH |
| <b>GODEULO</b>                   | Soutenir/ Renforcer          | <b>거들여</b>                      | GEO DEUL EO   |
| <b>HAN KOUK</b>                  | Corée (Korea)                | <b>한국</b>                       | HAN GUG       |
| <b>HWARANG</b>                   | Jeunes chevaliers à la fleur | <b>화랑</b>                       | HOA LANG      |
| <b>JECHO</b>                     | En remontant                 | <b>재조</b>                       | JAE JO        |
| <b>KAL</b>                       | Tranche (de l'avant bras)    | <b>칼</b>                        | KAL           |
| <b>KOKKI</b>                     | Clé en torsion/ Casser       | <b>꺾기</b>                       | GGEOGG GI     |
| <b>MOA</b>                       | Rassembler                   | <b>모아</b>                       | MO A          |
| <b>MOU DO</b>                    | La voie martiale             | <b>무도</b>                       | MU DO         |
| <b>MOU LEUP</b>                  | Genou                        | <b>무릎</b>                       | MU LEUP       |
| <b>NOKI</b>                      | Chargement                   | <b>넣기</b>                       | NEOH GI       |
| <b>OLYO</b>                      | Vers le haut                 | <b>올려</b>                       | OL LYEO       |
| <b>PAO</b>                       | Sac                          | <b>파오</b>                       | PA O*         |
| <b>SON MOK</b>                   | Poignet                      | <b>손목</b>                       | SON MEOG      |
| <b>TCHIL JANG</b>                | Septième étape               | <b>칠장</b>                       | CHIL JANG     |

(\* correspondance de la traduction phonétique proposée, en attente de confirmation linguistique)

Au verso sont répertoriées les connaissances pour cette première étape (compréhension, application).

Les termes grisés sur chaque fiche doivent être acquis.

Récitation de la 7<sup>ème</sup> forme de combat imaginaire :

**Poum-se Taegeug TCHIL JANG**

|             |   |
|-------------|---|
| Jon myon    | (Moa sogui) CHALYOT & KYONG NYE >> (Naranhi sogui) JOUNBI SOGUI & <b>Bal pyo !</b>  |
| Wen         | Dola ¼ >> (Bom sogui) BATANG SON MONTONG AN MAKKI >> AP CHAGO & Jego (Bom sogui) MONTONG MAKKI.   |
| Oreun       | Tiro dora ½ >> (Bom sogui) BATANG SON MONTONG AN MAKKI >> AP CHAGO & Jego (Bom sogui) MONTONG MAKKI.  |
| Ap eulo     | Dola ¼ >> [(Dwit koubi) SONNAL ARE MAKKI] x 2.  |
| Wen         | Dola ¼ >> (Bom sogui) GODEULO BATANG SON MONTONG AN MAKKO & GODEULO DEUNG JOU MOK EULGOUL AP CHIGUI.  |
| Oreun       | Tiro dora ½ >> (Bom sogui) GODEULO BATANG SON MONTONG AN MAKKO & GODEULO DEUNG JOU MOK EULGOUL AP CHIGUI.   |
| Jon myon    | Dola ¼ >> (Moa sogui) Joulo deul da BEU JOU MOK >>  |
| Ap eulo     | [(Ap koubi) DOUL BON KAWI MAKKI] x 2  |
| Oreun       | Mon doligui ¾ >> (Ap koubi) HECHO MONTONG BAKAT MAKKI >> MOU LEUP OLYO CHIGUI >> (Dwit koa sogui) DOUL JOU MOK JECHO JILEUGUI >> (Ap koubi) EUT KEULEU ARE MAKKI. |
| Wen         | Tiro dora ½ >> (Ap koubi) HECHO MONTONG BAKAT MAKKI >> MOU LEUP OLYO CHIGUI >> (Dwit koa sogui) DOUL JOU MOK JECHO JILEUGUI >> (Ap koubi) EUT KEULEU ARE MAKKI.   |
| Dola oda    |   |
| Yop mo seub | Dola ¼ >> [(Wen sogui) DEUNG JOU MOK EULGOUL BAKAT CHIGUI >> PYOK JOK CHAGUI >>   |
| Yop mo seub | (Jou choum sogui) PAL KOUPI PYOK JOK CHIGUI] x 2 >>   |
| Yop mo seub | (Jou choum sogui) HAN SONNAL MONTONG YOP MAKKO & Japko dang kyo >>  |
| Yop mo seub | (Jou choum sogui) MONTONG YOP JILEUGUI + <b>Ki hap !</b>  |
|             | Tiro dora ½ >>  |
| Jon myon    | (Naranhi sogui) BALO (JOUNBI SOGUI) >> (Moa sogui) CHALYOT & KYONG NYE.   |