



# **R.F.E.T**

## **NORMATIVA TÉCNICA**

*PROGRAMA OFICIAL DE EXÁMEN  
DE CINTURONES NEGROS  
Del 1<sup>er</sup> Dan al 9<sup>o</sup> Dan*





## INDICE

PREÁMBULO

ARTÍCULO 1º. Normativa para examen

ARTÍCULO 2º. El Tribunal de Grados

ARTÍCULO 3º. El delegado Nacional

ARTÍCULO 4º. El secretario

ARTÍCULO 5º. Requisitos a cumplir por todos los aspirantes

ARTÍCULO 6º Programa técnico de examen

ARTÍCULO 7º. Examen de kyorugui (combate)

ARTÍCULO 8º. Tesis sobre el Taekwondo

ARTÍCULO 9º Resultado de examen





## PREAMBULO

Los grados de cinturón negros, los cuales tienen validez internacional, corresponde su reglamentación y concesión en exclusiva para España, a la Real Federación Española de Taekwondo y a la World Taekwondo, de acuerdo con el artículo 4 punto D de los Estatutos de la Real Federación Española de Taekwondo y los Estatutos y normas de la World Taekwondo.

Las tasas correspondientes a estos grados serán fijadas por la Asamblea General de la Real Federación Española de Taekwondo.

Los grados inferiores a cinturón negro 1º dan, son competencia exclusiva de la Real Federación Española de Taekwondo y por delegación de ésta, podrán ser otorgados por los entrenadores debidamente cualificados de los clubes federados o en su defecto por un Tribunal de la Federación Territorial correspondiente, compuesto este por un Entrenador Nacional y el profesor del aspirante. A dicho examen podrán presentarse todos los alumnos que se encuentren en posesión de la licencia anual federativa en vigor y el oportuno permiso del profesor del mismo en el caso de ser un Tribunal ajeno al club el que lo realice. Las tasas correspondientes a estos grados podrán ser percibidas por la Federación Territorial correspondiente en la cuantía que la Asamblea General determine.

Los Entrenadores Nacionales o Entrenadores Técnicos Deportivos de Nivel II con licencia de enseñanza y deportiva en vigor y en un club al corriente de todas sus obligaciones federativas, podrán otorgar hasta los grados de cinturón Negro 3º Dan.

Los Entrenadores Regionales o Autonómicos, en las mismas condiciones de los Entrenadores Nacionales, podrán otorgar grados hasta cinturón Azul inclusive.

Los Monitores e Instructores, en las mismas condiciones de los anteriores, solo y exclusivamente podrán ejercer como profesores ayudantes, pero no tendrán la facultad de firmar grados de ningún tipo, según acuerdo de la Asamblea General de la Real Federación Española de Taekwondo.







## ARTICULO 1º

### Normativa para exámenes

1.1 Los exámenes podrán celebrarse en cualquier punto de la geografía española, siempre que la territorial que los organice por delegación de la R.F.E.T. goce de la infraestructura administrativa y técnica necesaria.

1.2 Los exámenes los podrán organizar todas aquellas federaciones que y por escrito lo solicite en impreso reglamentario para este efecto a la R.F.E.T. antes del día 15 de diciembre del año anterior a su realización y el cual deberá de ser aprobado por la Asamblea General de la R.F.E.T., previo informe de la Escuela Nacional de Enseñanza, para su inclusión en el Calendario Nacional de Actividades.

1.3 La Escuela Nacional de Enseñanza propondrá a la Junta Directiva y Asamblea General de la R.F.E.T. la concesión o autorización de la organización de los exámenes, así como la confección y distribución de éstos en el calendario nacional, siguiendo un criterio de rotación entre las distintas autonomías, siempre que se cumpla lo estipulado en el apartado 1.1. En casos puntuales también se podrá organizar otros excepcionalmente, siempre y cuando sean autorizados por la Real Federación Española de Taekwondo.

1.4 La propuesta escrita de la solicitud deberá contener la circular del examen, así como la propuesta de los técnicos que formarán parte del tribunal de grados.

Esta propuesta deberá de tener entrada en el registro de la R.F.E.T. y comunicación a la Escuela Nacional de Enseñanza, treinta (30) días antes de la fecha de celebración. En el caso de tener que modificar una de las fechas previstas en el Calendario Nacional aprobado por la Asamblea General, la Federación Territorial afectada lo comunicará por escrito argumentando los motivos para que la Escuela Nacional de Enseñanza eleve la consulta si procede a los órganos pertinentes y de gobierno de la Real Federación Española de Taekwondo.







1.5 La Federación Territorial organizadora tendrá la obligación de recoger y revisar la documentación de los aspirantes, no admitiendo a aquellos deportistas que la presenten incompleta o que no cumplan los requisitos establecidos en esta normativa, siendo responsable de su incumplimiento la territorial organizadora, lo que implicaría sin perjuicio de las sanciones disciplinarias a que hubiese lugar, la retirada de la autorización para celebrar posteriores exámenes.

1.6 El incumplimiento por parte de los aspirantes de cualquier requisito de los tipificados en la presente normativa SUPONDRÁ LA ANULACIÓN DE TODOS LOS DERECHOS DE EXAMEN, así como la no recuperación de cantidad alguna de las realizadas en el pago de los derechos del mismo.

1.7 El aspirante que considere dañado sus derechos podrá y mediante escrito, denunciarlo a la Escuela Nacional de Enseñanza de la Real Federación Española de Taekwondo, para que esta lo resuelva y si procede a su vez, lo eleve ala Órgano Disciplinario Deportivo competente.

1.8 El resultado emitido por el Tribunal de Grados en el examen será FIRME y contra el mismo solo cabe el recurso de revisión de examen ante la Escuela Nacional de Enseñanza, en un plazo no superior a siete (7) días hábiles desde la fecha de su celebración. En el caso de presentarse el citado recurso la E.N.E. procederá al estudio de la reclamación, la cual por otra parte deberá de estar debida y perfectamente argumentada y documentada, aportando para ello toda la documentación y pruebas que para ello sean necesarias, para su posterior resolución y dictamen. La E.N.E. resolverá en el plazo de 30 días, lo que en derecho proceda, o lo elevará al órgano disciplinario que corresponda comunicándoselo al interesado en el plazo de 45 días. En caso de disconformidad, el interesado podrá interponer recurso ante las instancias superiores a que la Ley le da derecho.

1.9 En el caso de las islas Canarias y debido a la distancia, se les otorga estatus especiales en la solicitud de organización de exámenes de Dan y Pum.





## ARTICULO 2º

### EL TRIBUNAL DE GRADO

2.1. El Tribunal de Grados será nombrado por la Real Federación Española de Taekwondo, previo estudio de la propuesta de la Territorial organizadora, la cual y en el impreso oficial de solicitud propondrá tres titulares y dos suplentes. Los propuestos deberán ser **ENTRENADORES NACIONALES o TÉCNICOS /ENTRENADORES DE NIVEL II O NIVEL III** y haber realizado con aprovechamiento los oportunos Seminarios de Actualización Técnica, que son organizados por la R.F.E.T. para tal fin.

Siendo el presidente territorial y su junta o comisión técnica los que elijan a los tribunales de entre los Entrenadores Nacionales o **TÉCNICOS/ENTRENADORES DE NIVEL II O NIVEL III**, debidamente actualizados y colegiados.

Hasta 3º Dan, también podrán formar parte del tribunal, los maestros numerarios con más de 5º Dan y debidamente actualizados.

2.2. EL grado mínimo de todos los componentes del Tribunal, deberá de ser siempre **UN GRADO SUPERIOR** del más alto de los que se otorguen en el examen.

2.3 Cada uno de los componentes de Tribunal puntuará la ejecución técnica de los aspirantes en el modelo oficial que para tal fin existe (Anexos) anotando los fallos con el fin de que el interesado pueda corregirlos. El impreso deberá de estar firmado y con la calificación que le haya sido otorgada en cada una de las pruebas. Asimismo, el impreso deberá de ser recogido por el Secretario del Tribunal el cual pasará al acta la nota definitiva y entregando el impreso con los resultados en el mismo momento.

2.4 La uniformidad será obligatoria para todos los miembros del Tribunal de Grados, siendo este el siguiente:







- **PERIODO CALIDO** (15 de mayo a 15 de octubre): Camisa blanca de manga corta, pantalón gris y corbata azul.
- **PERIODO FRIO** (15 DE OCTUBRE A 15 DE MAYO): Chaqueta azul marino, camisa blanca de manga larga, pantalón gris y corbata azul.

2.5 El Tribunal se limitará a valorar y puntuar el examen de manera independiente por cada uno de sus miembros. No pudiendo salirse del programa técnico que este Reglamento determina, ni hará correcciones a los aspirantes sin perjuicio de hacerles repetir si así lo estima oportuno una sola vez cada ejercicio de Técnica o Poomsae por no haberlo apreciado suficientemente bien o porque no lo haya efectuado correctamente, La función del tribunal es **JUZGAR Y CALIFICAR** no **ENSEÑAR**.

## ARTICULO 3º.

### EL DELEGADO NACIONAL

3.1. El delegado designado por la Escuela Nacional de Enseñanza de la R.F.E.T. presidirá el Tribunal de Grados, velará para que la Territorial organizadora y el propio Tribunal cumpla la normativa vigente, levantará acta de todos aquellos incidentes que ocurran en el transcurso del examen y elevará a la R.F.E.T. dicha acta con el fin de que se tomen las medidas oportunas para solucionar cualquier irregularidad o injusticia ocurridas en el transcurso del mismo. Se ocupará de recoger y custodiar las documentaciones de los aspirantes, actas originales y liquidación económica que en este momento determine la normativa vigente de la R.F.E.T. hasta su total entrega de las mismas. Asimismo, el delegado Nacional ante un caso de extrema gravedad podrá suspender la actividad pasando informe por escrito a los Órganos Directivos y Disciplinarios de la R.F.E.T.

3.2 El Delegado Nacional será designado por la Escuela Nacional de Taekwondo, tal y como se aprobó en la Junta Directiva, de 9 de marzo 2019, Comisión Delegada de 9 de marzo 2019 y Asamblea General de fecha 7 de diciembre 2019.

## ARTICULO 4º.





## EL SECRETARIO

Serán sus funciones las siguientes:

- Llamar a los aspirantes por el orden que establezca el tribunal.
- Rellenar las actas de examen según las indicaciones de los miembros del tribunal.
- En general, todas aquellas labores administrativas que sean necesarias durante el desarrollo del examen.

## ARTICULO 5º.

### REQUISITOS A CUMPLIR POR TODOS LOS ASPIRANTES.

5.1 Los tiempos mínimos establecidos de permanencia en cada grado o DAN serán los estipulados en el reglamento de la World Taekwondo, siendo los que a continuación se indican.

DAN	Tiempos mínimos establecidos Para cada examen	Edades mínimas establecidas para examen
de rojo/negro a 1º dan	1 año	15 años
de 1º a 2º dan	1 año	16 años
de 2º a 3º dan	2 años	18 años
De 3º a 4º dan	3 años	21 años
de 4º a 5º dan	4 años	25 años
De 5º a 6º dan	5 años	30 años
De 6º a 7º dan	6 años	36 años
De 7º a 8º dan	7 años	44 años
De 8º a 9º dan	8 años	53 años

5.2. La documentación que se precisa para poder optar a examen de cualquier nivel de dan es el siguiente:

#### 5.2.1. Para 1er Dan







- 5.2.1.1. Tener 15 años cumplidos o cumplirlos dentro del año natural.
- 5.2.1.2. Dos licencias más la actual en VIGOR
- 5.2.1.3. Título de **JUEZ CRONOMETRADOR O JUEZ DE MESA**
- 5.2.1.4. Impreso Oficial y ficha firmada por un entrenador Nacional o Técnico/Entrenador de Nivel II o Nivel III colegiado.

#### 5.2.2. Para 2º Dan

- 5.2.2.1. Tener DIECISEIS años cumplidos o cumplirlos dentro del año natural.
- 5.2.2.2. Título de 1er Dan.
- 5.2.2.3. Licencia federativa actual en VIGOR.
- 5.2.2.4. Título de **ARBITRO NIVEL 1 o JUEZ PUNTUADOR NIVEL 1.**
- 5.2.2.5. Impreso Oficial y ficha firmada por un Entrenador Nacional o Técnico/Entrenador de Nivel II o Nivel III colegiado.

#### 5.2.3 Para 3er DAN

- 5.2.3.1. Tener DIECIOCHO años cumplidos.
- 5.2.3.2. Título de 2er Dan.
- 5.2.3.3. Una licencia posterior a 2º Dan más la actual en VIGOR.
- 5.2.3.4. Título de **ARBITRO NIVEL 2 o JUEZ PUNTUADOR NIVEL 2**
- 5.2.3.6. Impreso Oficial y ficha firmada por un Entrenador Nacional o Técnico/Entrenador de Nivel II o Nivel III colegiado.

#### 5.2.4. Para 4º DAN

- 5.2.4.1. Tener VEINTIUN años cumplidos
- 5.2.4.2. Título de 3er Dan.
- 5.2.4.3. Una licencia posterior a 3º Dan más la actual en VIGOR.
- 5.2.4.4. Título de **ARBITRO NIVEL 2 / JUEZ PUNTUADOR NIVEL 2**
- 5.2.4.5. Impreso Oficial y ficha firmada por un Entrenador Nacional o Técnico/Entrenador de Nivel II o Nivel III colegiado.

#### 5.2.5. Para 5º DAN

- 5.2.5.1. Tener VEINTICINCO años cumplidos.
- 5.2.5.2. Título de 4º Dan.





5.2.5.3 Una licencia posterior a 4º Dan más la actual en VIGOR.

5.2.5.4. Título de **ARBITRO NIVEL 2 / JUEZ PUNTUADOR NIVEL 2**

5.2.5.5. Impreso Oficial y ficha firmada por un Entrenador Nacional o Técnico/Entrenador de Nivel II o Nivel III colegiado.

#### 5.2.6. Para 6º DAN

5.2.6.1. Tener TREINTA años cumplidos

5.2.6.2. Título de 5º Dan.

5.2.6.3. Una licencia posterior a 5º Dan más la actual en VIGOR

5.2.6.4. Título de **ARBITRO NIVEL 2 / JUEZ PUNTUADOR NIVEL 2**

5.2.6.6. Impreso Oficial y ficha firmada por un Entrenador Nacional o Técnico/Entrenador de Nivel II o Nivel III colegiado.

#### 5.2.7. Para 7º DAN

5.2.7.1. Tener TREINTA Y SEIS años cumplidos.

5.2.7.2. Título de 6º Dan.

5.2.7.3. Una licencia posterior a 6º Dan más la actual en VIGOR.

5.2.7.4. Título de **ARBITRO NIVEL 2 / JUEZ PUNTUADOR NIVEL 2**

5.2.7.5. Impreso Oficial y ficha firmada por un Entrenador Nacional o Técnico/Entrenador de Nivel II o Nivel III colegiado.

5.3. Los aspirantes no podrán presentarse a examen si el tiempo de permanencia en el grado anterior no se encuentra dentro de los indicadores como mínimos o le falten algunos de los documentos que se estipulan en el punto 5.2.

5.4. Condicionamientos OBLIGATORIOS que deberán de cumplir TODOS los aspirantes SIN EXCEPCIÓN para presentarse al examen de DAN.

## UNIFORMIDAD





- El aspirante deberá de presentarse al examen con la uniformidad obligatoria en perfecto estado.
- Dobok de color BLANCO, limpio y sin roturas.
- Cuello de color BLANCO para todos los aspirantes mayores de 15 años que se examinen de cinturón negro 1er. DAN.
- Cuello de color ROJO/NEGRO para todos los aspirantes mayores de 15 años, con grado Pum (1º-2º Pum) que se examinen para DAN (2º-3º DAN).
- Cuello color NEGRO para todos los aspirantes mayores de 15 años que se examinen de cinturón negro 2º DAN en adelante.

## ARTICULO 6º.

### PROGRAMA TÉCNICO DE EXAMEN

#### 5.1. EXAMEN DE TÉCNICA FUNDAMENTAL:

- KIBON KISUL
- POOMSAB
- YONSOK DONG CHAK

5.2. El examen técnico: técnica fundamental se compondrá de los siguientes apartados:

- a. SON KISUL (Técnicas de mano)
- b. BAL KISUL (Técnica de pie)
- c. YONSOK DONG CHAK (Movimiento continuo)

**a) SON KISUL:** El aspirante deberá de conocer todas las técnicas y Soguis que aparecen en los POOMSAB del NIVEL o GRADO al que aspira en sus apartados de:



- \* SOGUIS KISUL (posiciones)
- \* SON KISUL MAKI (defensa con las manos)
- \* SON KISUL GONGKIOK (ataques con las manos)
- \* PUM (movimientos especiales)

### SOGUI KISUL (posiciones)

Todas las técnicas deberán de efectuarse en DU CHUMOK JORI CHUMBI, con la excepción de **Charyot Sogui**.

El tribunal solicitará al aspirante que realice un número determinado de posiciones de pies de las siguientes técnicas que serán realizadas **UNA SOLA VEZ**:

## GRADOS Y NÚMERO DE TÉCNICAS QUE SE SOLICITARÁN

PARA GRADOS

NUMERO DE TECNICAS



12

TOYOTA



	SOLICITADAS
1º dan	Se solicitarán un mínimo de 4 y un máximo de 8 técnicas
2º dan	Se solicitarán un mínimo de 4 y un máximo de 8 técnicas
3º dan	Se solicitarán un mínimo de 4 y un máximo de 8 técnicas
4º dan	Se solicitarán un mínimo de 4 y un máximo de 8 técnicas
5º dan	Se solicitarán un mínimo de 6 y un máximo de 10 técnicas
6º dan	Se solicitarán un mínimo de 6 y un máximo de 10 técnicas
7º dan	Se solicitarán un mínimo de 6 y un máximo de 10 técnicas

### TÉCNICAS QUE SE SOLICITARÁN

PARA GRADOS DE	TÉCNICAS QUE SE SOLICITARÁN
1º DAN	Chariot Sogui – Moa Sogui – Ap sogui – Ap kubi Sogui – Chuchum Sogui – Bom Sogui – Tuit Kubi Sogui – Tuit Koa Sogui – Naranji Sogui – Uen Sogui – Orun Sogui.
2º DAN	<b>Además de las técnicas para 1º dan, también se pedirán:</b> Ap Koa Sogui.
3º y 4º DAN	<b>Además de las técnicas para 1º-2º dan, también se pedirán:</b> Jakdari Sogui.
5º-6º y 7º DAN	<b>Además de las técnicas para 1º-2º-3º-4º dan, también se pedirán:</b> kiotari Sogui – Ogun Sogui.

### MAKI (defensas)



El tribunal solicitará al aspirante que efectúe UNA TÉCNICA de MAKI, realizándola DOS VECES HACIA DELANTE Y DOS HACIA ATRÁS. El Chumbi se hará hacia delante.

PARA GRADOS	NUMERO DE TECNICAS SOLICITADAS
1º dan	Se solicitarán un mínimo de 4 y un máximo de 8 técnicas
2º dan	Se solicitarán un mínimo de 4 y un máximo de 8 técnicas
3º dan	Se solicitarán un mínimo de 4 y un máximo de 8 técnicas
4º dan	Se solicitarán un mínimo de 4 y un máximo de 8 técnicas.
5º dan	Se solicitarán un mínimo de 6 y un máximo de 10 técnicas
6º dan	Se solicitarán un mínimo de 6 y un máximo de 10 técnicas
7º dan	Se solicitarán un mínimo de 6 y un máximo de 10 técnicas.







## **GRADOS Y NUMERO DE TECNICAS QUE SE SOLICITAN:**

1º DAN	Are Maki – Momtong Maki – Momtong An Maki – Olgul Maki – Jan Sonnal Momtong Bakat Maki – Sonnal Momtong Maki – Momtong Bakat Maki – Olgul Bakat Maki – Gechio Are Maki – Batagson Momtong Maki – Batagson Momtong An Maki – Sonnal Are Maki – Goduro Batagson Momtong An Maki – Gechio Momtong Maki – Okgoro Are Maki – Jan Sonnal Momtong Yop Maki – koduro Momtong Maki – koduro Are Maki.
2º DAN	<b>Además de las técnicas solicitadas para 1º dan también se pedirán:</b> Jan Sonnal Are Maki – Batang son Nulo Maki – An Palmok Gechio Momtong Maki -
3º DAN	<b>Además de las técnicas solicitadas par 1º y 2º dan también se pedirán:</b> Jan Sonnal Momtong An Maki – Kumgang Maki
4º DAN	<b>Además de las técnicas solicitadas par 1º-2º Y 3º dan, también se pedirán:</b> Sonnal Gechio are Maki – Kumgang Momtong Maki
5º DAN	<b>Además de las técnicas solicitadas para 1º-2º-3º y 4º dan, también se pedirán:</b> An palmok Koduro Olgul Yop Maki –Gechio Santul Maki.
6º DAN	<b>Además de las técnicas solicitadas para 1º-2º-3º y 4º dan, también se pedirán:</b> Sonbadak Koduro An palmok Momtong Bakat Maki- Sonnal Dung Gechio Momtong Maki – Sonnal Okgoro Are Maki.
7º DAN	<b>Además de las técnicas solicitadas para 1º-2º-3º y 4º dan, también se pedirán:</b> Jan Sonnal Olgul Maki - Are Yop Maki – Bituro Jan Sonnal Momtong Bakat Maki – An palmok Koduro Momtong Maki- Okgoro Olgul Maki- Sonnal Oe Santul Maki- An Palmok Momtong Bakat Maki- Sonnal Kumgang Maki.

## GONG KIOK (ataques)

El tribunal solicitará al aspirante que efectúe UNA TÉCNICA determinada, realizándola DOS VECES HACIA DELANTE Y DOS HACIA ATRÁS. El chumbi se hará hacia delante.

### GRADOS Y NUMERO DE TECNICAS QUE SE SOLICITAN:

PARA GRADO DE:	NUMERO DE TECNICAS SOLICITADAS
1º DAN	Se solicitarán un mínimo de 4 y máximo de 8 técnicas.
2º DAN	Se solicitarán un mínimo de 4 y un máximo de 8 técnicas.
3º DAN	Se solicitarán un mínimo de 4 y un máximo de 8 técnicas.
4º DAN	Se solicitarán un mínimo de 4 y un máximo de 8 técnicas.
5º DAN	Se solicitarán un mínimo de 6 y un máximo de 10 técnicas
6º DAN	Se solicitarán un mínimo de 6 y un máximo de 10 técnicas.
7º DAN	Se solicitarán un mínimo de 6 y un máximo de 10 técnicas.



## TECNICAS QUE SE SOLICITAN:

PARA GRADO DE:	TÉCNICAS QUE SE SOLICITAN
1º DAN	Momtong Bande Jirugui – Momtong Baro Jirugui – Olgul Bande Jirugui – Momtong Dubong Jirugui – Sonnal An Chigui – Pionson kut Seuo Chirugui – Dung Chumok Ap Chigui – Me Chumok Yop Neryo Chigui – Palkup Dollyo Chigui – Du Checho Jirugui – Dung Chumok Bakat Chigui – Yop Jirugui
2º DAN	<b>Además de las técnicas solicitadas para 1º dan, también se pedirán:</b> Sonnal Bakat Chigui – Palkup Yop Chigui – Sonnal Mok Chigui.
3º DAN	<b>Además de las técnicas solicitadas para 1º y 2º dan, también se pedirán:</b> Batang Son tok chigui.
4º DAN	<b>Además de las técnicas solicitadas para 1º-2º y 3º dan, también se pedirán:</b> Dung Chumok Yop Bakat Chigui.
5º DAN	<b>Además de las técnicas solicitadas para 1º-2º-3º y 4º dan, también se pedirán:</b> Palkup Olyo Chigui – Mohe Chigui
6º DAN	<b>Además de las técnicas solicitadas para 1º-2º-3º-4º y 5 dan, también se pedirán:</b> Pyonson kut Opo Chirugui – Chet Dari Jirugui
7º DAN	<b>Además de las técnicas solicitadas para 1º-2º-3º-4º-5º y 6º dan, también se pedirán:</b> Kumgang Ap Jirugui – Bam Chumok Sosum Chigui- Du Me Chumok Yopguri Chigui – Kumgang Yop Jirugui.

## PUM (MOVIMIENTOS ESPECIALES)

El tribunal solicitará al aspirante que efectúe UNA TÉCNICA, realizándola hacia delante UNA SOLA VEZ CON CADA PIERNA, excepto la Técnicas que solo se realizan una sola vez en posición de MOA SOGUI.

### GRADOS Y NÚMERO DE TÉCNICAS QUE SE SOLICITAN:

PARA GRADOS DE:	TÉCNICAS QUE SE SOLICITARÁN:
1º DAN	Se solicitarán un mínimo de 4 técnicas y un máximo de 8 técnicas:
2º DAN	Se solicitarán un mínimo de 4 técnicas y un máximo de 8 técnicas:
3º DAN	Se solicitarán un mínimo de 4 técnicas y un máximo de 8 técnicas:
4º DAN	Se solicitarán un mínimo de 4 técnicas y un máximo de 8 técnicas:
5º DAN	Se solicitarán un mínimo de 6 técnicas y un máximo de 10 técnicas:
6º DAN	Se solicitarán un mínimo de 6 técnicas y un máximo de 10 técnicas:
7º DAN	Se solicitarán un mínimo de 6 técnicas y un máximo de 10 técnicas:



## TÉCNICAS QUE SE SOLICITARÁN:

PARA GRADOS:	TÉCNICAS QUE SE SOLICITARÁN
1º DAN	Chebipum Mok Chigui – Momtong Piochok Palkup Chigui – Bituro Jan Sonnal Olgul Bakat Maki – Bo Chumok Chumbi – Gawi Maki – Dankio Olio Murup Chigui – Piochok Chagui – Ue Santul Maki – Dankio Tok Jirugui.
2º DAN	<b>Además de las técnicas solicitadas para 1º dan, también se pedirán:</b> Tong Milgui Chumbi – Murup koki – Piochok Jirugui – Changun Dol Chogui – Dangkio Are Pionsont kut Checho Chirugui – Me Chumok Are Piochok Chigui.
3º DAN	<b>Además de las técnicas solicitadas para 1º y 2º dan, también se pedirán:</b> Batangson Tok chigui – Kun Dol Chogui – Santul Maki.
4º DAN	<b>Además de las técnicas solicitadas para 1º - 2º y 3º dan, también se pedirán:</b> Golcho Maki.
5º DAN	<b>Además de las técnicas solicitadas para 1º - 2º-3º y 4º dan, también se pedirán:</b> Dangkio Dung Chumok Ap chigui – Kiopson Chumbi
6º DAN	<b>Además de las técnicas solicitadas para 1º- 2º-3º-4º y 5º dan, también se pedirán:</b> Hwangso Maki – Bawi Milgui- Goro Olygui – Me Chumok Yop Olgul Pyochok Chigui.
7º DAN	<b>Además de las técnicas solicitadas para 1º - 2º-3º-4º-5º y 6º dan, también se pedirán:</b> Nalgue Piogui – Taesan Milgui – Piochok Are Maki – Sonnal Kumgang Are Maki – Du Chumok Jori Chumbi -Oe Santul Yop Chagui

**b) BAL KISUL (TÉCNICA DE PIERNA):** El aspirante deberá de conocer todas las técnicas que a continuación se detalla en sus apartados CHAGUI Y TUIO.

**GRADOS Y NUMERO DE TÉCNICAS QUE SE SOLICITAN:**

PARA GRADOS DE:	NUMERO DE TÉCNICAS SOLICITADAS
1º DAN	Se solicitarán CINCO técnicas
2º DAN	Se solicitarán CINCO técnicas
3º DAN	Se solicitarán CINCO técnicas
4º DAN	Se solicitarán OCHO técnicas
5º DAN	Se solicitarán OCHO técnicas
6º DAN	Se solicitarán OCHO técnicas
7º DAN	Se solicitarán OCHO técnicas

El tribunal solicitará al aspirante que realice DOS REPETICIONES CON CADA PIERNA, de las siguientes técnicas (chagui).

Ap Chagui – Dollyo Chagui – Yop Chagui – Tuit Chagui – Nako Chagui – Furio Chagui – Neryo Chagui – Mom Dolyo Tuit Chagui- Mom Dolyo Nako Chagui 180º - Mom Dollyo Nako Chagui 360º - Mom Dollyo Furio Chagui 180º - Mom Dolyo Furio Chagui 360º.





## TUIO (SALTOS)

Los aspirantes mayores de 40 años quedan exentos de realizar el apartado de TUIO.

El tribunal solicitará al aspirante que efectúe los TUIO (saltos) UNA SOLA VEZ con cada pierna.

### GRADOS Y NUMEROS DE TECNICAS QUE SE SOLICITARAN

PARA GRADOS DE:	NUMERO DE TECNICAS SOLICITADAS
1º DAN	Tuio Ap Chagui – Tuio Dolyo Chagui – Tuio Yop Chagui -Tuio Mon Dollyo Tuit Chagui – Tuio Mom Dollyo Yop Chagui
2º DAN	<b>Además de los Tuio solicitados para 1º dan, también se pedirán:</b> Tuio Mom Dollyo Nako Chagui Tuio Mom Dollyo Furio Chagui
3º DAN	<b>Además de los Tuio solicitados para 1º Y 2º dan, también se pedirán:</b> Tuio Noppy Chagui. Tuio Gawi Chagui
4º -5º y 6º DAN	<b>Además de los Tuio solicitados para 1º- 2º Y 3º dan, también se pedirán:</b> Tuio Ilya Chagui ( <b>Ianbal gochuk chagui</b> ) Modumbal Chagui (Ap o Yop).

### C) YONSOK DONG CHANK (combinación)

El aspirante deberá efectuar una combinación inventada de 20 movimientos mínimo y 30 de máximo, las técnicas corresponderán al grado de cinturón al cual opta.

En la citada combinación se deberán a si mismo incluir las diferentes y correspondientes Técnicas de pierna.



Consejo  
Superior  
de Deportes

## EXAMEN DE POOMSAE

### A) POOMSAE

El aspirante deberá conocer y efectuar correctamente el apartado de Poomsae, para superar este apartado.

PARA EL GRADO DE:	POOMSAE SOLICITADOS
1º DAN	Obligatorio el Poomsae PALCHANG, más DOS Poomsae entre el 1º al 7º.
2º DAN	Obligatorio el Poomsae KORYO más DOS Poomsae entre 1º al 8º.
3º DAN	Obligatorio el Poomsae KUMGANG, otro entre el (1º y el 8º) más el KORYO.
4º DAN	Obligatorio el Poomsae TAEBEK, otro entre el (1º y el 8º) más KORYO Y KUMGANG.
5º DAN	Obligatorio el Poomsae PYONGWON, otro entre el (1º y el 8º) más KORYO, KUMGANG Y TAEBEK.
6º DAN	Obligatorio el Poomsae CHITAE, más TAEBEK, PYONGWON Y SIPCHIN.
7º DAN	Obligatorio el ILYO, más CHITAE, CHONKWON, JANSU





## VALORACION

5.4. En todas las pruebas del EXAMEN TECNICO, se valorarán como ELEMENTOS DE MAXIMA IMPORTANCIA, los apartados siguientes:

- Correcta ejecución técnica
- Potencia y fuerza
- Equilibrio
- Estética
- Concentración y coordinación de los movimientos
- Finalizar los Poomsae en el mismo lugar donde se comenzó
- Foco (final de los movimientos)
- Ritmo

## ARTICULO 7º.

### Examen de Kyorugui (Combate)

En el apartado KYORUGUI se podrá elegir entre estas dos opciones:

OPCION 1: Concentración de los aspirantes a Dan dirigidos por el Técnico de la Federación territorial o en su defecto del Técnico de la R.F.E.T. donde tendrán que demostrar con la practica sus conocimientos del combate a lo largo de una jornada convocada por la Federación autonómica a tal efecto para los danes de ese año.



La federación emitirá un certificado de apto para que el aspirante pueda acreditar el apartado de Kyorugui, dentro del año que tramita su Dan.

OPCION 2: El mismo día del examen Técnico el aspirante a Dan podrá demostrar sus conocimientos del combate delante del equipo examinador.

En línea recta hacia delante y hacia atrás sin dar la espalda al tribunal y durante treinta segundos realizara técnica de combate y desplazamientos.

En estas pruebas se valorará:

- Conocimiento de las técnicas de combate
- Control de las Técnicas

**EL COMBATE:** Esta prueba es obligatoria por parte de todos los aspirantes a Danes, EXCEPTO los mayores de 40 años, (EL AÑO QUE CUMPLE LOS 40 AÑOS)

Los aspirantes que sean competidores y acrediten su participación en competiciones oficiales estarán exentos de realizar dicha prueba, mediante certificado de su territorial, donde conste competiciones actualizadas.

## DURANTE EL EXAMEN.

1. Aquellos aspirantes que no hubieran acreditado antes del examen el APTO de la prueba de combate, deberán realizar dicha prueba al finalizar el examen técnico, como indica el Artículo 7 opción 2.



24

TOYOTA



## ARTICULO 8º.

### TESIS.

Todos los aspirantes a 6º y 7º Dan, deberán presentar una tesis con el siguiente condicionado:

- Tamaño de la fuente 12
- 300 – 400 palabras por pagina
- Un mínimo de 10 paginas
- El aspirante no puede aprobar el examen en los siguientes supuestos:
  - 1) Si el título de la tesis no corresponde con el contenido
  - 2) Si el contenido es escaso.

### TESIS:

DAN	TEMA	OBSERVACION
6º Y 7º DAN	1). Tema libre sobre el Taekwondo. 2). El Taekwondo como deporte	A elegir

### NOTA:

Los exámenes de 8º y 9º Dan, será la RFET quien los convocará y nombrará el tribunal para dicho examen.

Los aspirantes a 8º y 9º Dan deberán presentar la tesis dos meses previos a la fecha fijada para el examen.

DAN	TEMA	OBSERVACION
8º y 9º DAN	1). Método efectivo de enseñanza del Taekwondo. 2). Desarrollo Técnico del Taekwondo	A elegir

## ARTICULO 9º.

### RESULTADO DEL EXAMEN

El resultado final del examen estará dividido en tres apartados más el cuarto apartado a partir del 6º Dan.

1) EL APARTADO TECNICO SON KISUL, se valorará como APTO o NO APTO en su

Conjunto:

- SOGUIS (posiciones)
- MAKI (defensas)
- GONGKIOK (ataques)
- PUM (movimientos especiales)
- CHAGUIS (técnica de piernas)
- TUIO (saltos)
- YONSOK DONG CHAK (combinación)

2) EL APARTADO TECNICO POOMSAE, se valorará como APTO o NO APTO en su conjunto.

3) EL APARTADO DE KYORUGUI, se valorará como APTO o NO APTO en su conjunto.

4) APARTADO DE TESIS, para los 6º- 7º- 8º y 9º DAN.



### NOTA IMPORTANTE:

- a). Una vez finalizada la parte Técnica y el Combate, el tribunal deberá dar el resultado del examen en su totalidad.
- b). En caso de suspender uno de los tres apartados (Son Kisul, Poomsae o Kyorugui)  
dispondrá de un (1) año para recuperarlo. De no hacerlo, deberá realizar un nuevo examen en su totalidad.
- c). La recuperación del examen no conllevará el abono de nuevas tasas
- d). Si alguno de los apartados (Son Kisul, Poomsae o Kyorugui) fuese NO APTO deberá de transcurrir un periodo de tres meses, como mínimo para poder realizarlo de nuevo.

Programa de examen

M<sup>a</sup> Angeles Urmeneta Torres

Colaborador: Alberto Delgado Vázquez