



Pôle des Arts Martiaux FNSMR

FICHE RS.HAP 5 (Règlement Spécifique Hapkido) Examen pour l'obtention du Certificat de Compétence Technique de Niveau Noir 5ème Degré

Table des matières

RS.HAP5.1 – Connaissances générales :	2
RS.HAP5.2 - 호신술 "Ho Shin Sul" (Techniques de défense)	3
RS.HAP5.3 - 무기술 "Mu Gi Sul" (Armes)	4
RS.HAP5.4 - 형 "Hyeong" (Formes ou enchaînements traditionnels)	4

Pôle des Arts Martiaux FNSMR

FICHE RS.HAP 5 (Règlement Spécifique Hapkido)

Examen pour l'obtention du Certificat de Compétence Technique de Niveau Noir 5ème Degré

- Présentation du candidat, accompagnée de questions diverses du jury.

RS.HAP5.1 – Connaissances générales :

Le candidat dispose d'un temps de 30mn pour faire un exposé oral, accompagné de démonstrations techniques avec un partenaire de son choix, sur sa discipline.

Cet exposé, englobera :

- _ historique et références du **Hapkido**.
- _ particularité et origine du style et de l'école qui présente l'examen au **5ème** degré
- _ la méthodologie d'évolution
- _ les principes fondamentaux
- _ les exercices intermédiaires
- _ les exercices dits « sophistiqués », ainsi que les différentes applications.

Cette première épreuve a pour but de connaître le degré de connaissances culturelles liées au Hapkido du postulant au grade du **5e** degré ainsi que ses compétences pédagogiques propres.

Noté sur 30

RS.HAP5.2 - 호신술 "Ho Shin Sul" (Techniques de défense)

Il sera demandé :

_ la réalisation à vitesse réelle d'**1 technique par le candidat (différente à chaque fois)** en réponse (en 찰기 "Tchi Gi" (percussion), 꺾기 "Keok Ki" (contrôle articulaire) ou 던지기 "Deon Dji Gi" (projection)) aux sollicitations pour chacune des catégories listées suivantes (**les techniques seront dictées par le jury au partenaire du candidat qui n'aura donc pas connaissance de la technique qui lui sera appliqué**) :

- _ 손목술 "Son Mok Sul" (Défense sur saisie du poignet)
- _ 의복술 "Eui Bok Soul" (Déf sur saisie des vêtements)
- _ 방권술 "Bang Kwon Soul" (Déf sur coup de poing)
- _ 방족술 "Bang Djok Soul" (Défense sur coup de pied)
- _ 방투술 "Bang Tou Soul" (Défense sur projection)
- _ 방검술 "Bang Geom Soul" (Déf sur attaque au couteau)
- _ 선술 "Seon Soul" (Défense en initiant l'attaque)
- _ 연행술 "Yeon Haing Soul" (Défense d'arrestation)
- _ 좌기 "Djoa Gi" (Défense assis en tailleur)
- _ 뒤치기 "Dui Tchi Gi" (Défense en contre de contrôle)
- _ 와기 "Wa Gi" (Défense en étant allongé sur le dos)
- _ 2인투 " 2 In Tou" (Defense sur saisie par 2 personnes)

_ la démonstration au ralenti avec explication technique du mouvement sur **1 à 3 techniques au choix du jury.**

Noté sur 40

RS.HAP5.3 - 무기술 "Mu Gi Sul" (Armes)

Il sera demandé :

_ la réalisation à vitesse réelle d'**1 technique au choix du candidat (différente à chaque fois)** en réponse (en 찰기 "Tchi Gi" (percussion), 꺾기 "Keok Ki" (contrôle articulaire) ou 던지기 "Deon Dji Gi" (projection)) aux sollicitations pour chacune des catégories listées suivantes :

- _ 단봉술 "Dan Bong Soul" (Défense avec bâton court)
- _ 단장술 "Dan Djang Soul" (Défense avec canne)
- _ 장봉술 "Djang Bong Soul" (Défense avec bâton long)
- _ 포박술 "Po Bak Soul" (Défense avec ceinture)

_ la démonstration au ralenti avec explication technique du mouvement sur **1 à 3 techniques au choix du jury.**

Noté sur 20

RS.HAP5.4 - 형 "Hyeong" (Formes ou enchaînements traditionnels)

Il sera demandé :

_ la réalisation à vitesse réelle de **chaque forme par le candidat** :

- _ 기본형 "Gi Bon Hyeong" (5 Formes de base)
- _ 단개무지형 "Dan Gai Mou Dji Hyeong" (Grande forme à mains nues 1)
- _ 태무형 "Tai Mou Hyeong" (Grande forme à mains nues 2)
- _ 쌍무형 "Sang Mou Hyeong" (Grande forme à mains nues 3)

_ la démonstration au ralenti avec explication technique du mouvement sur **1 à 3 techniques au choix du jury.**

Noté sur 10

_ Pour l'obtention de l'examen, le candidat doit obtenir **70** points sur **100**.