

SELECTION REGIONALE CHAMPIONNAT FRANCE
LIGUE GRAND EST
13 DECEMBRE 2025

Désignation des Poomsae :

La durée d'une prestation d'un Poomsae référencé en compétition individuel, par paire et par équipe peut aller jusqu'à 90 secondes.

Les Poomsae sont choisis par les la liste ci-dessous avec la désignation suivante :

	Désignation	Poomsae	Désignation
Il jang	T1	Koryo	P9
Yi jang	T2	Keumgang	P10
Sam jang	T3	Taebaek	P11
Sa jang	T4	Pyong Won	P12
Oh jang	T5	Sipjin	P13
Youk jang	T6	Jitae	P14
Tchil jang	T7	Chonkwon	P15
Pal jang	T8	Hansu	P16

Les Poomsae de référence par catégorie d'âge :

CONCOURS INDIVIDUEL

CADETS	MASCULIN	T5 & T8
	FEMININ	T6 & T7
JUNIORS	MASCULIN	
	FEMININ	T5 & P9
U30	MASCULIN	
	FEMININ	
U40	MASCULIN	T7 & P10
	FEMININ	
U50	MASCULIN	P10 & P11
	FEMININ	
U60	MASCULIN	P11 & P13
	FEMININ	
U65	MASCULIN	
	FEMININ	
O65	MASCULIN	
	FEMININ	