

Danggraduering

Retningslinjer

I nærværende beskrives rammer og andet for danggradueringer i taekwondo afholdt i Ballerup Kampsport Center under Dang Dinh Ky Thuy og Claus D. Thomsen.

Rollefordeling

Koordinator for gradueringerne er Claus D. Thomsen, der er ansvarlig for kommunikation og administration.

Deltagerne er gradueringens udøvere, som på dagens skal vise deres ypperste kunnen.

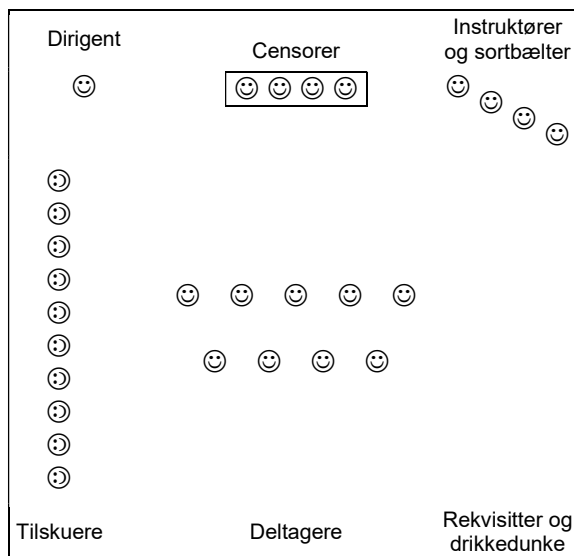
Censor er som udgangspunkt Dang Dinh Ky Thuy. Derudover kan et antal gæstecensorer sidde med ved bordet. Censorerne bedømmer deltagerne under gradueringen.

I bedømmelsen indgår også deltagernes træningsindsats, udvikling og engagement i tiden op til. Bl.a. under de forudgående udviklingsweekender (danfortræninger).

Dirigenten er ansvarlig for at lede gradueringen og hjælpe deltagerne til at yde deres bedste. Forud for gradueringen har dirigenten forberedt hvad deltagerne skal vise under gradueringen, hvor dirigenten giver kommandoerne hertil. Det er også dirigentens opgave at give deltagerne motiverende peptalk eller irettesættelser, hvis dette er nødvendigt.

Note: Indtil videre benyttes "dirigent" som titel for personen der giver kommandoer, indtil en bedre titel findes. Andre titelforslag er: Gradueringslederen, Styrmand og Kommandør.

Instruktører og andre sortbælter sidder med under gradueringen og hjælper bl.a. med at holde puder og brædder samt være dommere under kampene. Om nødvendigt deltager de også som sparringspartnere.



Hjælpere kan forekomme, hvis fx en deltager ønsker at bruge en træningsmakker som sparringspartner under hosinsul.

Tilskuere er til stede under gradueringen. Heriblandt deltagernes pårørende og andre udøvere. De er velkomne til at fotografere og videooptage men skal forholde sig i ro under gradueringen.

Rammeprogram

- 12:00 Ankomst og evt. frokost
 - 13:00 Opvarmning (på egen hånd)
 - 13:45 Pause (censorer og tilskuere m.fl. indtager pladser)
 - 14:00 Graduering
 - 18:00* Pause
 - 18:30* Festmiddag
- *) Tidspunkterne er vejledende da det afhænger af deltagerantallet.

Indhold

Gradueringen består af følgende dele som afvikles i den nævnte rækkefølge.

1. Gibon (grundteknik)

Blandede teknikker og kombinationer heraf.

2. Pudeteknik

Indhold:

- Kombinationer med spark
- Kombinationer med spark og slag
- Springspark (bl.a. *tripel ap chagi* og *bandal/mom dollyo chagi*)
- Springspark over forhindring (bl.a. *yeop* og *dwit chagi over fx 2 stole*)

Alle deltagere er på gulvet samtidig.

3. Poomse

Dirigenten vælger en taegeuk (T1-T6) og orienterer deltagerne herom inden gradueringen starter. Deltagerne viser først denne taegeuk. Derefter vises alle poomse'er fra *Taegeuk Chil Jang* op til og med poomse'en i henhold til pensum.

Så vidt muligt er alle deltagere på gulvet samtidig, hvor de lavest graduerede står forrest. Deltagere til 1. dan forlader gulvet efter *Koryo* og ifører sig kampudstyr. Deltagere til 2. dan forlader tilsvarende gulvet efter *Keumgang*, osv.

4. Kyorugi (kamp)

Indhold:

- Kamp mod 1 modstander
- Kamp mod 2 modstandere

Fokus:

- Teknik og variation
- Forståelse
- Bevægelse
- Gejst
- Overskud

Iført beskyttelsesudstyr kæmpes der minimum 2 runder a 2 minutter mod 1 modstander samt 1 runde a 1 minut mod 2 modstandere. Der er forskellig modstander i de første 2 runder.

Der skal være 100% action under kampene. Det er ikke pointkamp som til stævner, hvor der fx afventes initiativ fra modstanderen for at udnytte dennes åbninger til at score point.

Når der kæmpes mod 2 modstandere er det tilladt at skubbe og gribe fat i modstanderne.

5. Hanbeon kyorugi (1-skridtskamp)

Fokus:

- Teknik og variation
- Præcision og timing
- Stil
- Gejst og drive

1-skridtskampene skal vises som effektiv grundteknik i rask tempo (uden tænkepause i *gibon joonbi seogi*).

Der angribes med både højre og venstre slag mod høj sektion.

Teknikkerne skal afspejle sortbæltens niveau og varieres. Dvs. at ikke kun skal vises basisteknikker, hvor der fx kun blokeres med håndteknikker.

Deltagerne skal forvente at være på gulvet samtidig. Dog vil der nok kun være plads til 5 par ad gangen.

6. Hosinsul (selvforsvar)

Fokus:

- Teknik og variation
- Forståelse
- Timing
- Overblik
- Gejst og drive

Deltageren benytter som udgangspunkt en selvvalgt makker som modstander, der kontinuerligt og i rask tempo (uden tænkepauser) angriber med fx kniv eller kølle.

Der vises både nedtagninger og låse m.v. samt distancerede forsvar med kontraangreb.

Fremvisningen sker på gulv uden måtter.

Makkeren behøver ikke at være deltager i gradueringen.

7. Kyeokpa (breaktest)

Deltagerne viser på skift en selvvalgt breakkombination, der kan betragtes som festfyrværkeriet i dagens *show*. Ud over kombinationen skal der måske vises yderligere gennembrydninger anvist af dirigenten eller censorerne.

Kombinationen skal:

- bestå af mindst 4 gennembrydninger.
- omfatte mindst 1 armteknik, 1 benteknik og 1 springspark.
- indeholde teknikker på højt niveau hvor deltagerens specialiteter kommer til udtryk.
- være kreativ.
- have naturlig og logisk sammenhæng mellem teknikkerne.
- udføres som en sammenhængende sekvens med flow fra start til slut.

Breakkombinationens sværhedsgrad skal matche deltagerens evner. Det er bedre at lykkes med en mindre svær kombination frem for at mislykkes med en for svær kombination.

Kombinationen skal være vel forberedt. Det gælder så vidt muligt også hjælperne, som holder brædderne, så der hurtigt kan stilles op. Kombinationens teknikker præsenteres for censorerne, inden brædderne gennembrydes.

Hvis gennembrydningen af et bræt mislykkes kan deltageren vælge at gøre endnu et forsøg på at gennembryde brættet. Deltagerne kan også vælge at fortsætte til næste bræt i kombinationen, og eventuelt efterfølgende gennembryde det udestående bræt. Deltageren bør vælge det, som bedst fastholder flowet i kombinationen. Hvis 2 eller flere gennembrydninger mislykkes, kan deltageren anmode om lov til at starte forfra. Dog max 3 forsøg.

Der benyttes identiske brædder uanset udøvernes alder. Det er dog tilladt at benytte brædder med højere sværhedsgrad.

Der vil forinden blive udarbejdet en deltagerliste, hvor rækkefølgen vil fremgå. Da deltagere fra samme klub ofte vil holde brædder for hinanden, vil rækkefølgen så vidt muligt blive blandet, så deltagere fra samme klub ikke er på lige efter hinanden. Rækkefølgen vil ikke nødvendigvis følge gradueringens orden men kan blive sammensat i forhold til break-kombinationernes underholdningsværdi. Af hensyn til dette opfordres der til, at dirigenten senest en uge før gradueringen orienteres om hvilke teknikker, der forventes at indgå i deltagerens breakkombinationer.

Ceremoni

Censorerne voterer i ca. en halv time straks efter gradueringen. Imens kan deltagerne strække ud og rydde kampudstyr m.v. op. Efter voteringen er der overrækkelse af diplomer til de deltagere, som har bestået. Ceremonien afsluttes med at der tages fællesfoto.

Når deltagerne har været i bad, er der fællesspisning og festivitas.

Medbring

Deltagerne skal til gradueringen medbringe:

- Kniv, kølle eller andet til hosinsul
- Kampudstyr
- Drikkedunk(e)
- Sportstape, isposer m.v.

Følgende vil være til stede i Ballerup Kampsport Center hvor gradueringen afholdes:

- Sparkepuder
- Brædder (5 pr. person)
- Førstehjælpskasse
- Is(gele)poser i fryser (3 stk.)

Kampudstyr omfatter kampvest, hjelm, arm-, ben-, skridt- og tandbeskytter. Handsker og vristbeskyttere er tilladte.

Skader, handicap og helbredsproblemer

Udøverne bør ikke være generet af skader der kan nedsætte præstationerne eller være til ulempe for andre under gradueringen. Ønske om deltagelse hermed skal tidligst muligt drøftes med koordinatoren og accepteres af censorerne. Det samme gælder personer med handicap, svækket helbred og lignende.

Andre præstationshæmmende faktorer (fx astma) bør også oplyses til koordinatoren inden gradueringen, så dirigenten kan tage hensyn hertil.

Administration

Forhåndstilmelding

Senest 3 måneder før gradueringen skal der til den administrative koordinator fremsendes en bruttoliste med klubbens forventede deltagere (navn, alder og nuværende bæltegrad).

Kukkiwon

Deltagerne skal inden tilmeldingen oprette sig i Kukkiwon's Tcon-system – hvis dette ikke allerede er gjort. Vejledning hertil findes på DTaF's hjemmeside. Tcon-ID'et oplyses ved tilmelding og bruges til efterfølgende registrering af gradueringen hos Kukkiwon.

Vær opmærksom på at det selvvalgte ID ikke kan ændres efter "Duplicate check" og "Ok".

Tilmelding

Senest 1 måned før gradueringen fremsendes klubbens endelige deltagerliste. Hertil benyttes tilmeldingsskemaet som kan downloades fra BallerupKampsport.dk. Skemaet udfyldes elektronisk og fremsendes via e-mail.

Sammen med tilmeldingsskemaet fremsendes pasfoto af hver deltager. Dvs. som grafikfiler (fx jpg-format).

Deltagerne skal have gyldig DTaF-licens for at kunne deltage i gradueringen.

Pris for deltagelse og spisning

Deltagerbetalingen dækker udgifterne til bl.a. brædder, diplom, frokost, middag (ex drikkevarer) samt censorernes transport og forplejning i løbet af dagen. Med i prisen er også kukkiwon-certifikat og diplom med mindre registrering hos Kukkiwon fravælges, hvilket er muligt fra 2. dan og opefter.

For tilskuere m.fl. koster det omkring 175 kr. for at deltage i den efterfølgende spisning, som fx kan være en buffet (ex drikkevarer). Tilmelding til spisningen skal ske til den administrative koordinator senest 1 uge før gradueringen, hvor der også skal være overført betaling herfor til Ballerup Kampsport Centers bankkonto.

Grad	Pris
1. dan	2.700 kr.
2. dan	2.900 kr.
3. dan	3.100 kr.
4. dan	3.300 kr.
5. dan	4.300 kr.
6. dan	4.700 kr.
2.-6. dan ex Kukkiwon	2.200 kr.

Efter gradueringen

Den ansvarlige koordinator sørger efter gradueringen for at der via DTaF sker registrering hos Kukkiwon. DTaF modtager efterfølgende diplomer og certifikater fra Kukkiwon, som videregives til de pågældende klubber.

Log

Version	Tilføjelser og ændringer
2014-09-23	Dokument udgivet.
2015-11-12	Pris for spisning ændret.
2015-12-17	Afsnit tilrettet: "Efter gradueringen". Prisstruktur ændret.
2016-08-09	Log tilføjet. Nyt afsnit: "Skader, handicap og helbredsproblemer". Afsnit uddybet: "7. Kyeokpa (breaktest)".
2016-11-07	Afsnit ændret: "Censor", "3. poomse", "4. Kyorugi (kamp)"
2023-07-03	Afsnit tilføjet vedr. Kukkiwon's Tcon.
2023-12-12	Priser opdateret