



Dan- en poomreglement

(ingangsdatum 1 januari 2014)

Artikel 1 Begripsbeschrijving	5
1.1 Technische commissie	5
1.2 Nationaal Graden Coördinator	5
1.3 Danexaminatoren	5
1.4 Examencommissie	5
Artikel 2 Taakomschrijving	6
2.1 Nationaal Graden Coördinator	6
2.2 Technische commissie	6
2.3 Examencommissie	6
Artikel 3 Administratie	7
3.1 Algemeen	7
3.2 Taakstelling Nationale Graden coördinator	7
3.3 Taakstelling Bonds bureau	7
Artikel 4 Examen aanvraag	8
4.1 Aanvraag dan- of poomexamen	8
4.2 Ondertekening aanvraagformulier	8
4.3 Bevoegde trainers	8
4.4 Scheidsrechterlicentie / wedstrijdreglementencursus	8
4.5 Bondslidmaatschap	8
4.6 Examens in WTF verband	8
4.7 Examenbijdrage	9
Artikel 5 (Her)examen	9
5.1 Aantal (her)-examens	9
5.2 Recht op herexamen	9
5.3 Afleggen herexamen	9
Artikel 6 Toegankelijkheid examens	10
6.1 Toegang tot examens	10
6.2 Toegangsgelden	10
6.3 Filmen	10
Artikel 7 Dan- poom- en geupgraden	10
7.1 De band (TI)	10
7.2 Dangraden	10
7.3 Poomgraden	10
7.4 Geupgraden	11
7.5 Omzetten poomgraad naar dangraad	11
7.6 Examen eisen poomgraad	11
7.7 Toekennen graad	11
7.8 Registratie graden	11

Artikel 8 Erkenning en/of overname dangraden.....	12
8.1 Registratie Kukkiwon.....	12
8.2 Dragen band/graduatie	12
8.3 Deelname, medewerking taekwondo danexamens buiten TBN.....	12
8.4 Overname dangraden.....	12
8.4.1 Erkend Kukkiwon-diploma.....	12
8.4.2 Geen erkend Kukkiwon-diploma uit erkend WTF/ETU land	13
8.4.3 Geen erkend Kukkiwon- of WTF diploma uit niet erkend WTF/ETU-land.....	13
8.4.4 Geen erkend Kukkiwon-diploma van een andere taekwondo-organisatie in Nederland....	13
8.4.5 Proef van bekwaamheid.....	13
8.4.6 Registratiekosten en diploma.....	13
8.5 Dangraden uitgereikt door ETU of WTF president.....	14
8.6 Uitschrijven als TBN lid.....	14
Artikel 9 Wachttijden, vrijstellingen en dispensatie	14
9.1 Wachttijden	14
9.2 Wachtijdverkorting	15
9.3 Vrijstellingen.....	15
9.4 Dispensatie	16
Artikel 10 Onvoorzien.....	16
Artikel 11 Algemene Dan-/Poomeisen	16
11.1 Stijlvormen	16
11.2 Één-, twee en driestapssparring (IL-,I-, en sambo taeryon).....	16
11.3 Zelfverdediging (Hosinsul).....	17
11.3.1 Algemeen.....	17
11.3.2 Uitgangspositie aanvalstechnieken.....	17
11.3.3 Uitgangspunten bij verdedigen tegen klemmen, vasthouden en vastpakken.....	17
11.3.4 Uitgangspunten bij verdedigen tegen stok- en mesaanvallen.....	18
11.4 Vrij sparren (Chayu Taeryon en Ban Chayu Taeryon)	18
11.5 Chokki taeryon	18
11.6 Sparren (Gyeo-Rugi)	18
11.7 Theorie / Scriptie	19
11.7.1 Theorie-examen	19
11.7.2 Toelichting scriptie	19
11.8 Breektesten (Gye Pa).....	20
11.8.1 Algemeen.....	20
11.8.2 Breekmateriaal	21
11.9 Partner.....	21

11.10 Kledingvoorschriften	21
11.11 Materiaal	21
Artikel 12 Waardering en beoordeling	22
12.1 Definities en waardering	22
12.1.1 Praktijkonderdelen	22
12.1.2 Theorie	22
12.2 Slagen / Herexamen / Zakken	22
12.3 Toelichting bij herexamen of zakken.....	22
Artikel 13 Bijzondere danpromotie in het kader van een bijzondere sportprestatie	23
Artikel 14 Technische dan- en poomeisen	24
14.1 Eisen 1 ^{ste} Dan/Poom	24
14.2 Eisen 2 ^e Dan/Poom.....	25
14.3 Eisen 3 ^e Dan/Poom.....	26
14.4 Eisen 4 ^e Dan/Poom.....	27
14.5 Eisen 5 ^e Dan.....	28
14.6 Eisen 6 ^e Dan.....	29
14.7 Eisen 7 ^e Dan.....	30
14.8 Eisen 8 ^{ste} t/m 10 ^{de} Dan	30
Artikel 15 Beoordelingscriteria.....	31
15.1 Stijlvormen	31
15.2 Ilbo / Ibo / Sambo Taeryon.....	31
15.3 Hosinsul	31
15.4 Gyo-Rugi	31
15.5 Banchayu Taeryon	31
15.6 Chokki Taeryon.....	31
15.7 Gyeok Pa.....	32
15.8 Algemeen.....	32

Artikel 1 Begripsbeschrijving



1.1 Technische commissie

- (a) In de technische commissie kunnen bondsleden zitting hebben met een 6^{de} Dan of hoger, die daartoe door het Bondsbestuur zijn uitgenodigd. De zittingsduur geldt in het algemeen voor één jaar, waarna verlenging met telkens één jaar mogelijk is.
- (b) Nationale Graden Coördinator doet voorstellen aan het hoofdbestuur om personen toe te voegen of uit te sluiten voor deelneming. Dit doet hij o.a. op voordracht van districtsbesturen.
- (c) Binnen de technische commissie worden verschillende portefeuilles gekoppeld aan een specifiek lid van deze commissie.
- (d) Een portefeuillehouder heeft o.a. als taak om t.a.v. zijn vakgebied de technische commissie te informeren over de laatste veranderingen en wijzigingen. Hiernaast doet hij voorstellen op technisch- en reglementair vlak ter verbetering van de taekwondosport in Nederland.

1.2 Nationaal Graden Coördinator

- (a) De Nationaal Graden Coördinator (NGC) wordt benoemd door het bondsbestuur in overleg met de Technische commissie.
- (b) De Assistent graden Coördinator (AGC) wordt benoemd door het bondsbestuur in overleg met de nationaal graden coördinator. De assistent graden coördinator neemt de taken waar in afwezigheid van de NGC.

1.3 Danexaminateuren

- (a) Danexaminateuren zijn bondsleden van 3^{de} Dan of hoger, die tenminste de 25 jarige leeftijd hebben en in het bezit zijn van een door of namens het Bondsbestuur afgegeven trainers- en Danexaminatorlicentie.
- (b) Danexaminatorlicenties worden verstrekt voor de duur van één jaar en kunnen telkens voor één jaar worden verlengd. Om in aanmerking te komen voor verlenging van de licentie dient men de voorgeschreven bijscholingsdagen met goed gevolg af te hebben gelegd.

1.4 Examencommissie

- (a) De examencommissies worden per gelegenheid samengesteld uit de daarvoor volgens dit reglement in aanmerking komende personen. Dit geschiedt door de N.G.C voor alle landelijke examens.
- (b) Een examencommissie dient uit een oneven aantal van minimaal drie examinatoren te bestaan.
- (c) Examens voor 3^{de} Dan/Poom en hoger dienen te worden afgenomen door een examencommissie waarvan de examinatoren zelf minimaal de 4^{de} Dan bezitten en tevens minimaal gelijk gegradueerd zijn met een Dangraad voor welk de examinandi zijn examen aflegt.
- (d) De N.G.C. dient er mede zorg voor te dragen dat er per twee examencommissies tevens één reserve examinerator aanwezig is. Dit geldt ook wanneer er slechts één examencommissie is.

2.1 Nationaal Graden Coördinator

- (a) De N.G.C. organiseert c.q. delegeert de Danexamens op aanwijzing van het Bondsbestuur.
- (b) De N.G.C. organiseert c.q. delegeert op aanwijzing van de technische commissie landelijke bijeenkomsten en technische trainingen met onder meer als doel de eenheid in de beoordeling van examens te bevorderen.
- (c) De N.G.C. evalueert met de technische commissie minstens eenmaal per jaar de exameneisen en rapporteert hierover aan het Bondsbestuur.
- (d) De N.G.C. draagt er zorg voor dat het bondsbureau voorzien wordt van alle noodzakelijke informatie om het aldaar beheerde Danhoudersregister actueel te kunnen houden.
- (e) De N.G.C. vertegenwoordigt het Bondsbestuur op Dan-/Poom evenementen. In die hoedanigheid plaatst hij zijn handtekening op alle landelijk, door de Bond uitgegeven, Dan-/Poomdiploma's en registreert hij de Dan-/Poomgraden in het Bonds paspoort door middel van een bondsstempel.

2.2 Technische commissie

- (a) Tot de taken van de leden van Technische commissie behoren het bewaken van de exameneisen, het gevraagd en ongevraagd adviseren in technische zaken, het zorg dragen voor eenduidige eisen naar zowel examinandi als examinatoren en het aanleveren van kennis voor kaderdagen. Tevens dienen zij advies uit te brengen aan het Bondsbestuur aangaande bijzondere promoties (in het kader van sporttechnische prestaties).
- (b) Leden van de technische commissie dienen bij aanstellingen een verklaring van goed gedrag te kunnen overleggen.
- (c) De TC adviseert het Bondsbestuur over toekenning van bijzondere promoties (in het kader van sporttechnische prestaties).

2.3 Examencommissie

- (a) De leden van een ingestelde examencommissie bestaan uit Dan-examinatoren welke voorafgaande aan een examen uit hun midden een voorzitter kiezen die de examencommissie vertegenwoordigt tijdens een examen en die tevens namens de examencommissie het Dandiploma mede behoort te ondertekenen, zonder welke deze diploma's nietig zijn.
- (b) Na afloop van elk examen dienen de leden van een examencommissie zich beschikbaar te houden voor het geven van informatie aan de licentie houder hoofdtrainer / clubtrainer welke de voordracht heeft gedaan voor het examen van de examinandi, betreffende de redenen van afwijzing van de betrokken examinandi. Uit het midden van de examencommissie wordt een woordvoerder gekozen. Dit hoeft niet per definitie de voorzitter te zijn van de examencommissie.
- (c) Leden van een examencommissie dienen er zorg voor te dragen dat er geen informatie over de individuele waardering van commissieleden naar buiten treedt.
- (d) Elk lid van een examencommissie dient een persoonlijke waardering voor elk examenonderdeel te geven, welke in de eindbespreking niet meer gewijzigd mag/kan worden.

3.1 Algemeen

De Nationale Graden Coördinator is verantwoordelijk voor de te voeren administratie in zijn algemeenheid, hij/zij draagt zorg voor indeling en spreiding van examinandi en examencommissieleden. Daarnaast dragen hij/zij zorg voor aanwezigheid van beoordelingsformulieren en andere noodzakelijke zaken etc. tijdens examens.

3.2 Taakstelling Nationale Graden coördinator

- (a) het afhandelen van de financiële administratie op de examendag;
- (b) het tijdig indienen van een jaarplanning;
- (c) het opmaken van uitnodigingen met betrekking tot de deelname aan de evenementen;
- (d) het maken van een Dan-examen protocol op een termijn van twee weken na afloop van elk examen t.b.v. het Bondsbestuur c.q. Districtsbestuur, waarin de volgende gegevens in ieder geval dienen te zijn opgenomen:
 - 1. plaats, datum en soort van gehouden evenement;
 - 2. aantal deelnemers ingedeeld per graad;
 - 3. presentie-/absentielijst uitgenodigde examencommissie-leden;
 - 4. de resultaten van het evenement plus eventuele bijzonderheden.
- (e) Uitgifte van dan-/Poom diploma's
- (f) Uitgeven danexaminatorenlicenties

3.3 Taakstelling Bondsbureau

- (a) Het beheer van het Dan-graden register.
- (b) Het controleren of examinandi aan de door de Bond gestelde deelname vereisten voldoen;
- (c) Het verzenden van het examendeelnamebewijzen aan die examinandi die daarvoor in aanmerking komen;
- (d) Het op aanwijzing c.q. in overleg met de N.G.C. verzenden van uitnodigingen en convocaties;
- (e) Het verzorgen van registraties van de dan-/poom graden bij Kukkiwon.

Artikel 4 Examenaanvraag

4.1 Aanvraag dan- of poomexamen

Om te kunnen deelnemen aan een examen dient de kandidaat het daarvoor bestemde aanvraagformulier tijdig, zoals vermeld op de examenconvocatie, in te zenden aan het opgegeven adres.

4.2 Ondertekening aanvraagformulier

Er dient te worden voldaan aan alle andere in dit reglement en in de convocatie genoemde richtlijnen. Het aanvraagformulier dient mede ondertekend te zijn door de licentiehouders hoofdtrainer van de club, welke hoger gegradueerd dient te zijn dan de examinandi, ten bewijze dat deze zich akkoord verklaart met de aanvraag. Ingeval de eigen licentiehouders hoofdtrainer niet in het bezit is van de vereiste Dangraad dient een bevoegde licentiehouders hoofdtrainer van elders de aanvraag mede te ondertekenen.

4.3 Bevoegde trainers

- (a) Door de Bond erkende en bevoegde trainers in het kader van dit reglement zijn zij die in het bezit zijn van de trainerslicentie hoofdtrainer en daarnaast in het bezit zijn van een hogere Dan-graad dan die van de examinandi.
- (b) Hoofdtrainers in het bezit van een trainerslicentie die zelf danexamens willen doen hebben de mogelijkheid om zelf de aanvraag te ondertekenen. Hierbij is geen ondertekening nodig van een hogere gradueerde zoals vereist in artikel 4.2.
- (c) Om kandidaten voor te dragen voor danexamens dienen trainers periodieke bijscholing(en) te volgen welke is/zijn georganiseerd door de Technische Commissie.

4.4 Scheidsrechterlicentie / wedstrijdreglementencursus

- (a) De examinandus van vijftien (15) jaar en ouder dient t.b.v. het afleggen van een 1^{ste} Dan/Poom-examen of hoger in het bezit te zijn van een erkend scheidsrechtersdiploma of in het bezit te zijn van het wedstrijdreglementencursus diploma.
- (b) De examinandus van vijftien (15) jaar en ouder dient t.b.v. het afleggen van een 3^e Dan/Poom examen of hoger in het bezit te zijn van minimaal het E- diploma stijljury.

4.5 Bondslidmaatschap

- (a) Om aan Dan-/Poom-examens deel te kunnen nemen dient men minimaal 36 maanden voorafgaand aan het examen onafgebroken bondslid te zijn, behoudens dispensatie door het Bondsbestuur. Uitgangspunt is echter dat men vanaf aanvang beoefening lid is geworden van de Bond.

4.6 Examens in WTF verband

- (a) Voor examens van 7^{de} Dan en hoger kan het Bondsbestuur vooraf verzocht worden het examen in W.T.F. verband te mogen afleggen. Na verkregen toestemming van het Bondsbestuur kan dan op bedoelde wijze examen worden afgelegd. Betrokkenen dienen na succes hun bescheiden ter verificatie en registratie aan het Bondsbestuur aan te bieden. Het Bondsbestuur is gerechtigd hiervoor een vergoeding te vragen die door haar wordt bepaald.

4.7 Examenbijdrage

- (a) De examenbijdrage wordt vastgesteld door het Bondsbestuur.
- (b) Restitutie van de bijdragen vindt alleen plaats indien de aanvraag niet in behandeling wordt genomen c.q. wordt afgewezen.
- (c) Indien na een herexamen de examinandus nog niet is geslaagd, vindt restitutie plaats van alleen dat deel van de examenbijdrage dat bedoeld was voor de aanvraag van het Kukkiwon-diploma.

Artikel 5 (Her)examen

5.1 Aantal (her)-examens

Jaarlijks dient men er naar te streven twee examens te organiseren, zo goed mogelijk verdeeld over het jaar.

5.2 Recht op herexamen

- (a) Examinandi hebben recht op één (1) herexamen. Hetzij gedeeltelijk, hetzij volledig, afhankelijk van de uitslag van hun voorgaand examen. Hierna dient de aanvraagprocedure herhaald te worden indien men weer examen wil afleggen.
- (b) In principe wordt de kandidaat ingeschreven voor de eerst volgende herexamengelegenheid. De kandidaat moet zelf schriftelijk uitstel vragen indien hij/zij dit wenst.
- (c) De kandidaat heeft het recht om zijn/of haar herexamen zonder opgave van reden tot maximaal een jaar na het examen uit te stellen. Hierna verliest de examinandus zijn recht op het herexamen.
- (d) Indien een kandidaat zonder afmelding niet komt opdagen voor een herexamen, verliest hij/zij automatisch het recht op herexamen.
- (e) De N.G.C. is bevoegd van dit laatste af te wijken bij een gegronde reden van verhindering van de examinandi.
- (f) Herexamens kunnen/mogen niet eerder dan drie maanden na het voorgaande examen afgenomen worden.

5.3 Afleggen herexamen

- (a) Bij het herexamen moeten alleen die onderdelen te worden overgedaan waarvoor de kandidaat als eindwaardering een onvoldoende (O) heeft gehaald.
- (b) Beoordeling is gelijk als die van een regulier examen.

Artikel 6 Toegankelijkheid examens



6.1 Toegang tot examens

- (a) Voor zover de beschikbare examenlocatie het toelaat kunnen examens bijgewoond worden door belangstellenden. Eén en ander ter beoordeling van de Nationaal graden coördinator.
- (b) De examenvelden zijn alleen toegankelijk voor kandidaten, examenpartners, trainer van de kandidaat, examencommissie en gradencoördinatie. De overige belangstellende dienen plaats te nemen op de publieke tribune.

6.2 Toegangsgelden

- (a) Het Bondsbestuur is gerechtigd toegangsgelden te heffen tijdens examens.

6.3 Filmen

- (a) Het filmen van de eigen kandidaat is toegestaan vermits vooraf toestemming is verleend door de N.G.C. Aan het gefilmde materiaal kunnen geen rechten worden ontleend.

Artikel 7 Dan- poom- en geupgraden

7.1 De band (Ti)

- (a) De band (Ti), welke om het middel van de taekwondoka is geslagen en met een platte knoop dient te worden samengebonden, heeft als primaire functie het bijeenhouden van de Dobok.
- (b) De kleur van de band heeft de functie van het aangeven van de graad van geoefendheid.

7.2 Dangraden

- (a) Dangraden kunnen behaald worden door vijftienjarigen en ouder, na aan de gestelde eisen voldaan te hebben. Totaal kunnen tien (10) Dangraden behaald worden.
- (b) De kleur van de band is bij de Dangraden zwart. De houder van een dangraad mag onderscheid maken door per graad een witte of goudkleurige streep toe te voegen aan de uiteinden van de band. Een 1^{ste} Dan draagt een zwarte band met één (1) witte of goudkleurige streep, een 2^{de} Dan heeft twee (2) witte of goudkleurige strepen, enzovoort.

7.3 Poomgraden

- (a) Poomgraden kunnen behaald worden door jeugdigen vanaf acht tot en met achttien jaar. Totaal kunnen vier (4) Poomgraden behaald worden.
- (b) Poomgraad houders dragen ter onderscheiding aan de Dangraadhouders een in de lengterichting twee kleurige band. De kleuren zijn hierbij rood en zwart. De houder van een poomgraad mag onderscheid maken door per graad een witte of goudkleurige streep toe te voegen aan de uiteinden van de band. Een 1^{ste} Poom draagt een twee kleurige band met één (1) witte of goudkleurige streep, een 2^{de} Poom heeft twee (2) witte of goudkleurige strepen, enzovoort.

7.4 Geupgraden

- (a) De beginners zijn in klassen (Geup), beginnend met de 10e Geup tot en met de 1e Geup, als volgt ingedeeld:

10 ^{de} Geup	- witte band	5 ^{de} Geup	- groene band plus blauwe slip
9 ^{de} Geup	- witte band plus gele slip	4 ^{de} Geup	- blauwe band
8 ^{ste} Geup	- gele band	3 ^{de} Geup	- blauwe band plus rode slip
7 ^{de} Geup	- gele band plus groene slip	2 ^{de} Geup	- rode band
6 ^{de} Geup	- groene band	1 ^{ste} Geup	- rode band plus zwarte slip

- (b) Slippen dienen aan beide uiteinden van de band gedragen en bevestigd te worden.
(c) Na de Geupklasse volgen de Dan-/Poomgraden van 1^{ste} Dan tot en met 10^{de} Dan of 1^{ste} Poom tot en met de 4^{de} Poom.

7.5 Omzetten poomgraad naar dangraad

Na het bereiken van de vijftienjarige leeftijd wordt de laatst behaalde Poomgraad omgezet in een Dangraad na het hebben gevolgd en aantekening in paspoort te hebben van de wedstrijdreglement cursus / scheidsrechterscursus.

Voor het omzetten van een vierde (4^{de}) Poomgraad naar de vierde (4^{de}) Dangraad dient men de 18-jarige leeftijd te hebben bereikt.

7.6 Examineisen poomgraad

- (a) In het algemeen zijn de examineisen voor Poomgraden gelijk aan die voor de Dangraden.

7.7 Toekennen graad

- (a) Geupgraden mogen, na een vaardigheidsproef alleen verleend worden aan bondsleden door daartoe bevoegde trainers. Licentiehouders hoofdtrainer mag vaardigheidsproeven afnemen t/m 1^{ste} Geup. Licentiehouders clubtrainer mag vaardigheidsproeven t/m 4^{de} Geup voor zover gedelegeerd door de licentiehouders hoofdtrainer van de school of vereniging.
(b) Dan- en Poomgraden worden verleend door de daartoe door de bond aangewezen examencommissie c.q. door het Bondsbestuur, in het kader van bijzondere promotie of in het kader van een bijzondere sportprestatie.
(c) De bond kent alleen nog bijzondere promoties in het kader van een bijzondere sportprestatie en kunnen alleen worden verleend door het Bondsbestuur of na instemming van het Bondsbestuur door de internationale overkoepelende organisaties waarbij de bond is aangesloten.
(d) Het Bondsbestuur dient advies in te winnen bij de Technische Commissie aangaande bijzondere promoties.

7.8 Registratie graden

Registratie van klassen en graden dient te gebeuren in het bondspaspoort van het betreffende bondslid. De Dan/Poom graden worden bovendien geregistreerd op het bondsbureau. Een verworven klasse of graad kan men niet meer verliezen.

Artikel 8 Erkenning en/of overname dangraden



8.1 Registratie Kukkiwon

- (a) Door of namens de Bond verleende dangraden kunnen door de Bond bij Kukkiwon, als overkoepelende technische organisatie waarbij de bond is aangesloten, worden geregistreerd indien betrokkene verder voldoet aan de door Kukkiwon gestelde eisen. De bijkomende kosten van deze internationale registratie worden door het Bondsbestuur bepaald en dienen door het bondslid zelf te worden gedragen en te worden vooruitbetaald. Het Bondsbestuur is gemachtigd voor bepaalde Dan-categorieën deze registratiekosten te verwerken in de examenbijdrage.

8.2 Dragen band/graduatie

Het is bondsleden niet toegestaan een andere taekwondo band te dragen c.q. graduatie te voeren, dan wel in bezit te hebben, dan die het meest recent in bondsverband is behaald c.q. die door de bond is overgenomen.

8.3 Deelname, medewerking taekwondo danexamens buiten TBN

- (a) Behoudens dispensatie van of namens het Bondsbestuur is het niet toegestaan, noch voor aangesloten scholen noch voor verenigingen noch voor individuele bondsleden medewerking te verlenen of te doen verlenen, in de ruimste zin des woord, aan het organiseren van Taekwondo Dan-/poomexamens of het afnemen van deze examens in welke vorm dan ook buiten het bondsverband om.
- (b) Het is behoudens dispensatie van of namens het Bondsbestuur voor bondsleden niet toegestaan Taekwondo-dangraden te behalen c.q. te aanvaarden die buiten bondsverband om verkregen, aangeboden c.q. behaald zijn en waarvoor niet vooraf als zodanig door het Bondsbestuur toestemming is verleend.

8.4 Overname dangraden

- (a) Dit artikel is van toepassing op overname van dangraden voor personen die vanuit een organisatie komen buiten de Taekwondo Bond Nederland en lid worden van de Taekwondo Bond Nederland.
- (b) Deze regeling is alleen van toepassing indien de aanvrager ten tijden van het behalen van zijn of haar dangraad, gedurende een periode van vijf jaar direct daaraan voorafgaand, niet lid was van de TBN.
- (c) Indien men lid is van de Taekwondo Bond Nederland is het niet toegestaan gelijktijdig ook lid te zijn van of zich te verbinden aan een andere niet aan de TBN verbonden en niet door de TBN erkende taekwondo-organisatie.
- (d) Bij overnamen van een dangraad geldt gelijktijdig: men mag op danexamen bij de TBN na de reguliere wachttijd. Voor de wachttijd geldt die wachttijd vanaf de laatst behaalde dangraad zoals afgegeven door land van herkomst.
- (e) Voor de eerste t/m vierde dan geldt de verplichting deze te registreren bij de Kukkiwon volgens de hiervoor geldende regels.

8.4.1 Erkend Kukkiwon-diploma

Indien de aanvrager een erkend Kukkiwon-diploma kan overleggen is het volgende van toepassing:

- 1^{ste} t/m 2^{de} Dan: Graad wordt overgenomen door de TBN.
- 3^{de} Dan en hoger: Eventuele overname na goedkeuring van de Technische Commissie

8.4.2 Geen erkend Kukkiwon-diploma uit erkend WTF/ETU land

Indien de kandidaat wel WTF-taekwondo heeft beoefend en het betreffende land is erkend door de WTF en/of ETU dan is het volgende van toepassing:

De TBN neemt contact met de bond van het land van de verzoeker, hier wordt gevraagd met welke dangraad deze persoon bij die bond geregistreerd staat. **Indien positief** antwoord van die desbetreffende bond is het onderstaande van toepassing.

- 1^{ste} t/m 2^{de} Dan: Graad wordt overgenomen door de TBN.
- 3^{de} Dan en hoger: Besluit hierover in overleg met de Technische Commissie.

8.4.3 Geen erkend Kukkiwon- of WTF diploma uit niet erkend WTF/ETU-land

- 1) Indien de kandidaat WTF-taekwondo heeft beoefend in een niet door de WTF/ETU erkend land is het volgende van toepassing:

TBN neemt contact met de bond van het land van de verzoeker, hier wordt gevraagd met welke dangraad deze persoon bij die bond geregistreerd staat. **Indien positief** antwoord van die desbetreffende bond is het onderstaande van toepassing:

Kandidaat mag doormiddel van een proef van bekwaamheid laten zien of het door de TBN gevraagde niveau gehaald wordt.

8.4.4 Geen erkend Kukkiwon-diploma van een andere taekwondo-organisatie binnen Nederland

TBN neemt contact met de bond/organisatie van het land van de verzoeker, hier wordt gevraagd met welke dangraad deze persoon bij die bond geregistreerd staat. **Indien positief** antwoord van die desbetreffende bond is het onderstaande van toepassing:

Kandidaat mag doormiddel van een proef van bekwaamheid laten zien of het door de TBN gevraagde niveau gehaald wordt.

8.4.5 Proef van bekwaamheid

Een proef van bekwaamheid als bedoeld in bovenstaande artikelen mag/kan niet worden gezien als een volledig danexamen. Het bestaat uit een aantal onderdelen welke vooraf door de Technische Commissie zijn bepaald. De onderdelen worden geselecteerd uit de praktijkonderdelen van het danexamen. De eisen zijn identiek aan die van een danexamen.

De onderdelen worden aan de Technische Commissie of gedelegeerde examencommissie getoond. Indien hieruit blijkt dat niveau overeenkomt met de gestelde eisen, zal de dangraad worden erkend. Indien dit niet het geval is, zal de aanvrager door middel van een regulier danexamen zijn graden dienen te halen.

8.4.6 Registratiekosten en diploma

- (a) Voor de overname van dangraden worden eenmalig registratiekosten in rekening gebracht. Dit bedrag wordt vastgesteld door het bondsbestuur.
- (b) Men ontvangt het onder (a) genoemde geval geen TBN Dan-diploma, immers de TBN neemt een graad over, men heeft geen examen afgelegd voor/bij de TBN.
- (c) Ingeval het Bondsbestuur beslist om buiten bondsverband om behaalde graden over te nemen, dan kan zij hiervoor registratiegeld verlangen van het bondslid. De hoogte van het registratiegeld is minimaal gelijk aan de examenbijdrage zoals vastgesteld in artikel 7 van dit reglement.

8.5 Dangraden uitgereikt door ETU of WTF president

Diploma's uitgereikt door de WTF-president of ETU-president worden erkend door de Taekwondo Bond Nederland.

8.6 Uitschrijven als TBN lid

- (a) Indien men zijn/haar lidmaatschap bij de TBN beëindigt, worden voor de tijdsduur van vijf (5) jaar geen Dangraden overgenomen welke niet bij de TBN zijn behaald. Immers de TBN is voor Nederland de bij de Kukkiwon aangesloten organisatie en alleen via de TBN kunnen Dangraden geregistreerd worden.
- (b) Indien een lid examen wil doen bij een andere organisatie wegens werk of verblijf in het buitenland kan een dispensatieverzoek worden ingediend bij het Nationaal Graden coördinator.

Artikel 9 Wachttijden, vrijstellingen en dispensatie

9.1 Wachttijden

Om dan- of poomexamens te doen dient een kandidaat te voldoen aan een minimale leeftijd. Hiernaast is er tussen het behalen van graden een minimale wachttijd. In de onderstaande tabel zijn de leef- en wachttijden weergegeven.

Poom / Dan	Tussen wachttijden	Minimum op	Leeftijd examendatum
		Begonnen met Dangraad	Begonnen met Poomgraad
1e Poom	-	-	8 jaar en ouder
1e > 2 ^e Poom	1 jaar	-	jonger dan 15 jaar
2e > 3 ^e Poom	2 jaar	-	jonger dan 15 jaar
3e > 4e Poom	3 jaar	-	jonger dan 18 jaar
1e Dan	-	15 j. en ouder	-
1e > 2 ^e Dan	1 jaar	16 j. en ouder	15 j. en ouder
2e > 3 ^e Dan	2 jaar	18 j. en ouder	15 j. en ouder
3e > 4 ^e Dan	3 jaar	21 j. en ouder	18 j. en ouder
4e > 5 ^e Dan	4 jaar	25 j. en ouder	22 j. en ouder
5e > 6 ^e Dan	5 jaar	30 j. en ouder	30 j. en ouder
6e > 7 ^e Dan	6 jaar	36 j. en ouder	36 j. en ouder
7e > 8 ^e Dan	8 jaar	44 j. en ouder	44 j. en ouder
8e > 9 ^e Dan	9 jaar	53 j. en ouder	53 j. en ouder
9e > 10 ^e Dan	-	60 j. en ouder	60 j. en ouder

9.2 Wachtijdverkorting

- (a) Het uitgangsprincipe is dat er altijd examen wordt afgelegd. Echter wachtijdverkorting is volgens onderstaande tabel mogelijk voor alle Dangraden tot en met de 7^{de} Dan. Indien er meerdere prestaties van toepassing zijn die recht geven op wachtijdverkorting, dan mag gebruik worden gemaakt van de prestatie die het recht geeft op de grootste wachtijdverkorting, met andere woorden: verschillende prestaties mogen niet worden opgeteld.
- (b) Een en ander is enkel en alleen van toepassing op individuele prestaties in de senioren- en juniorenklasse en geen prestaties behaald in teamverband. Daarnaast dienen de prestaties behaald te zijn in de hoogste klasse (A - kampioenschappen en geen 'B' of 'C' etc.).
- (c) Behaalde prestaties dienen te zijn behaald hetzij in nationaal verband, hetzij in het verband van de Europese Taekwondo Unie (E.T.U.), hetzij in het verband van de World Taekwondo Federatie (W.T.F.). Behaalde prestaties dienen door de aanvrager zelf te worden aangetoond met behulp van een deugdelijk bewijs.
- (d) Conform de internationale wedstrijdregels (sparen en stijl), wordt een resultaat in een gewichtsklasse (sparren) / categorie (stijl) alleen erkend indien er minimaal 4 landen deel hebben genomen en er tevens minimaal vier deelnemers in die gewichtsklasse (sparren) / categorie (stijl) hebben deelgenomen.
- (f) Van prestaties, op grond waarvan men wachtijdverkorting op basis van behaalde prestaties kan verkrijgen, kan men slechts gebruik maken ten behoeve van het examen voor de eerstvolgende dangraad (met inbegrip van een eventueel herexamen of een nieuw examen ingeval van zakken).
- (e) Tabel prestatie versus wachtijdverkorting

Prestatie	Wachtijdverkorting
Stijlwedstrijden en Sparringswedstrijden	
Olympisch kampioen	100%
Wereldkampioen	80%
Europees Kampioen	60%

9.3 Vrijstellingen

- (a) Deze regeling is alleen van toepassing voor kandidaten die opgaan voor 1^e dan of 1^e poom.
- (b) De examinandi die de prestatie(s) conform artikel 9.3.c hebben geleverd, hebben - naar eigen keuze - recht op vrijstelling van één van de vijf praktijkonderdelen van het danexamen .
- (c) De volgende prestatie geeft recht op vrijstelling zoals bedoeld in artikel 9.3.b:
 - Representatieve podiumplaats in de A-klasse op een ETU A-class stijl / WTF G toernooi
- (d) Uitgangspunt voor representativiteit is dat bij sparringswedstrijden sprake moet zijn van minimaal 2 daadwerkelijk gespeelde gewonnen wedstrijden en dat bij stijlwedstrijden een categorie minimaal dient te bestaan uit 8 deelnemers.
- (e) Van het recht op vrijstelling moet binnen een periode van drie (3) jaren na het behalen van de prestatie gebruik zijn gemaakt.
- (f) Indien de examinandi gebruik wil maken van zijn recht op vrijstelling dient hij hiertoe een, van bewijslast voorzien, verzoek in te dienen gelijktijdig met de inschrijving voor het danexamen. De NGC beslist over de honorering van het verzoek en deelt zijn besluit uiterlijk twee weken voor aanvang van het examen mee aan de examinandi.
- (g) Overgangsrecht: In 2013, 2012 en 2011 conform artikel 9.3.c behaalde prestaties geven t/m uiterlijk 2015 recht op vrijstelling.

9.4 Dispensatie

- (a) De N.G.C. kan dispensatie voor de technische eisen verlenen c.q. vervangende eisen stellen bij medische indicatie of handicap.
- (b) Voor zover de N.G.C. van de onder 'a' genoemde mogelijkheid gebruik maakt dient hij/zij dit zo spoedig mogelijk aan de organiserende organisatie en betrokkenen te laten weten.
- (c) Dispensatie-aanvragen dienen minimaal twee maanden van te voren schriftelijk te worden ingediend via het bondsbureau.
- (d) Danexamens waarbij aan betrokkenen dispensatie is toegekend op grond van lid 'a' van dit artikel dienen tijdens een landelijk examen te worden afgenomen.
- (e) Dispensatie aanvragen op de examendag, om welke reden dan ook, kunnen nimmer worden geaccepteerd c.q. in behandeling worden genomen.

Artikel 10 Onvoorzien

In alle gevallen waarin dit reglement niet voorziet beslist het Bondsbestuur. Tijdens onvoorziene gevallen tijdens examens de N.G.C. binnen het kader van zijn bevoegdheden.

Artikel 11 Algemene Dan-/Poomeisen

11.1 Stijlvormen

- (a) Stijlvormen dienen te worden uitgevoerd conform het document TBN poomse richtlijn.
- (b) Praktijk 1 bestaat uit het lopen van de oefenvormen als omschreven onder de kop praktijk 1, bij de eisen voor elke dan/poom graad. De examinandi mag na aanvang van de te lopen oefenvorm deze oefenvorm **twee (2) keer** herstarten. De herstart mag ook plaats vinden indien de kandidaat de uitvoering van zijn vorm niet goed vond. Het niet lopen of het afbreken van de oefenvorm na de herstart(en), betekent een onvoldoende (O) voor het praktijkonderdeel 1.
- (c) De mogelijkheid tot herstarten vervalt bij verlaten van examenveld na het uitvoeren van het onderdeel stijlvormen (praktijk 1).
- (d) De beoordeling vindt plaats op basis van de laatst getoonde versie van elk van gedemonstreerde stijlvormen.

11.2 Één-, twee en driestapssparring (IL-,I-, en sambo taeryon)

Bij het uitvoeren van de één-, twee-, of driestapssparring is de beginpositie van de kandidaat altijd kibon junbi seogi. De kandidaat komt pas in beweging als de aanval van de aanvalster gestart is.

11.3 Zelfverdediging (Hosinsul)

11.3.1 Algemeen

- (a) Contact tijdens de uitvoering (verdedigen en tegenaanvallen) van hosinsul is toegestaan.
- (b) Het dragen van beschermdelen (arm, been en kruis) zijn toegestaan.
- (c) De stok mag van zowel hout als zacht materiaal gemaakt zijn en dient een lengte te hebben van minimaal 50 tot maximaal 80 cm.
- (d) Het mes mag van zowel hout als zacht materiaal gemaakt zijn.

11.3.2 Uitgangspositie aanvalstechnieken

- (a) De aanval dient elke keer te beginnen vanuit dezelfde startpositie. Deze startpositie is zodanig gekozen dat de examencommissie de technieken goed kan observeren.
- (b) Aanvalstechnieken dienen realistisch met kracht, overtuiging en beleving worden ingezet.
- (c) De aanvaller mag niet acteren c.q. gesimuleerd gedrag (bv pijn) vertonen tijdens aanval of tegenaanval.
- (d) Na elke aanval- en verdedigingstechniek dient men terug te keren naar het centrum van het veld in een rechte lijn tegenover de examencommissie en wederom te starten vanuit een parate gevechtshouding op de plaats.

11.3.3 Uitgangspunten bij verdedigen tegen klemmen, vasthouden en vastpakken.

- (a) De verdediging dient te geschieden volgens het volgende principe:
 - I. Reactie op de aanval: uitvoeren van een stoot, slag of traptechniek (daar waar noodzakelijk) op een vitaal punt om een schrikreactie teweeg te brengen waardoor de aanvalstechniek niet meer het volle effect heeft.
 - II. Bevrijden uit de aanval: het uitvoeren van een verdraaiing, klemming of afweertechneik om los te komen uit de ingezette aanval.
 - III. Tegenaanval: het uitvoeren van een enkele of dubbele stoot-, slag- of traptechniek (of combinatie van twee technieken) op een vitaal punt van de tegenstander.
 - IV. De verdediger dient te eindigen in een parate gevechtshouding ten opzichte van de aanvaller.
- (b) Bij het verdedigen dient men gebruik te maken van een variëteit aan taekwondo technieken zoals afweren, klemmen, trap- en stoottechnieken en eventueel het gecontroleerd naar de grond brengen.
- (c) Uitgevoerde verdraaiingen, klemmen en bevrijdingen dienen duidelijk, beheerst, en goed zichtbaar uitgevoerd te worden waarbij het beginpunt en eindpunt van de getoonde technieken duidelijk zichtbaar is.
- (d) Alle aanvallen (reactieaanval of tegenaanval) dienen duidelijk op vitale punten gericht te zijn.
- (e) Alle uitgevoerde technieken dienen eenvoudig, effectief, realistisch en beheerst te zijn (geen geweld).
- (f) Alle technieken dienen met kracht en overtuiging worden uitgevoerd.
- (g) Uit de getoonde technieken moet duidelijk zichtbaar zijn dat de verdediger voldoende in staat is zich te verdedigen.

11.3.4 Uitgangspunten bij verdedigen tegen stok- en mesaanvallen

- (a) De verdediging dient te geschieden volgens het volgende principe:
 - I. Afweer van de aanval: het uitvoeren van een ontwijking en/of afweer.
 - II. Reactie op de aanval: het uitvoeren van een stoot, slag of traptechniek (daar waar noodzakelijk) op een vitaal punt om de aanval te ontregelen en de aanvaller uit balans te brengen.
 - III. Overnemen van de aanval: het uitvoeren van een verdraaiing, klemming of afweertehnik om de aanval en aanvaller te neutraliseren en te controleren.
 - IV. Tegenaanval: het uitvoeren van een enkele of dubbele stoot-, slag- of traptechniek (of combinatie van twee technieken) op een vitaal punt van de tegenstander.
 - V. De verdediger dient te eindigen in een parate gevechtshouding ten opzichte van de aanvaller.
- (b) Bij het verdedigen dient men gebruik te maken van een variëteit aan taekwondotechnieken zoals afweren, klemmen, trap- en stoottechnieken en eventueel het gecontroleerd naar de grond brengen.
- (c) Uitgevoerde verdraaiingen, klemmen en bevrijdingen dienen duidelijk, beheerst, en goed zichtbaar uitgevoerd te worden waarbij het beginpunt en eindpunt van de getoonde technieken duidelijk zichtbaar is.
- (d) Alle aanvallen (reactieaanval of tegenaanval) dienen duidelijk op vitale punten gericht te zijn.
- (e) Alle uitgevoerde technieken dienen eenvoudig, effectief, realistisch en beheerst te zijn (geen geweld).
- (f) Alle technieken dienen met kracht en overtuiging worden uitgevoerd.
- (g) Uit de getoonde technieken moet duidelijk zichtbaar zijn dat de verdediger voldoende in staat is zich te verdedigen.
- (h) De verdediger mag in geen geval onder de stok of het mes komen te staan.
- (i) De verdediger mag in geen geval in de aanvalslijn van het mes komen te staan.
- (j) De verdediger mag in geen geval in aanraking komen met het mes c.q. mogelijk verwond te worden door het mes.
- (k) De verdediger mag in geen geval de stok of het mes gebruiken om een tegenaanval uit te voeren.
- (l) De aanvaller dient te allen tijde na de tegenaanval ontwapend te zijn c.q. worden.
- (m) De stok of het mes dient na het ontwapenen, buiten het bereik van de aanvaller, op de grond gelegd te worden (tenzij de aanvaller deze reeds heeft laten vallen).

11.4 Vrij sparren (Chayu Taeryon en Ban Chayu Taeryon)

- (a) Er dient bij Chayu Taeryon gebruik te worden gemaakt van ALLE voorkomende traptechnieken in zowel de aanvallende situatie als in de verdedigende situatie en het overnemen van een aanvallende techniek van de partner (het counteren).
- (b) Onder alle voorkomende schop technieken wordt onder andere verstaan Ap- chagi, Dolleyo-Chagi, Dwit-Chagi, Neareyo-Chagi, Yop-Chagi, Mondolleyo-Chagi.
- (c) De stootkussens/mitts welke gebruikt wordt bij Ban Chayu Taeryon mogen zowel rond als rechthoekig zijn. De maximale afmeting van een kussen is 40 x 40 cm.

11.5 Chokki taeryon

- (a) De aanval begint vanuit stilstaande voorbereidende stand (gevechtshouding) waarbij één been voor staat.
- (b) De aanval bestaat uit één of meer voet/been techniek(en).
- (c) De aanval moet worden gepareerd door één of meerdere beenblokken en daarna worden verdedigd door één of meerdere voettechnieken waaronder gesprongen technieken.

11.6 Sparren (Gyeo-Rugi)

- (a) De examenkandidaat draagt altijd de blauwe hogo en zijn partner de rode hogo.
- (b) Conform WTF-reglement met aanvulling TBN reglement, voetbeschermers identiek aan die van met sensoren zijn toegestaan.

11.7 Theorie / Scriptie

11.7.1 Theorie-examen

- (a) Het theorie-examen voor de 1^{ste} t/m 4^e dan bestaat uit een schriftelijk examen van meerkeuze vragen.
- (b) Voor de 5^e dan bestaat het theorie-examen uit een betoog over gekozen onderwerp. De lijst waaruit gekozen kan worden, wordt vooraf bekend gemaakt door de Taekwondo Bond Nederland.
- (c) Voor de 6^e en 7^e dan bestaat het theorie-examen uit een scriptie.
- (d) Voor de 6^e en 7^e dan dient een Engelstalige vertaling van de scriptie worden gemaakt indien de registratie van WTF gewenst is.
- (e) Voor de 5^e, 6^e en 7^e dan is tevens een taekwondo CV vereist.

11.7.2 Toelichting scriptie

- (a) Het onderwerp dient voldoende raakvlakken met Taekwondo te vertonen. Het is niet de bedoeling algemene onderwerpen, zoals "didactiek", "ethiek", als algemeen onderwerp te behandelen. In dat geval dient er een duidelijke brug geslagen te worden naar het Taekwondo en dient de discipline duidelijk in de context van Taekwondo geplaatst te worden.
- (b) In de scriptie dient de eigen mening duidelijk naar voren te komen. Deze mening hoeft niet persé die van de examinatoren te zijn. Wel dient voldoende gemotiveerd te worden waarom men een bepaalde mening is toegedaan. Een eigen visie dient met redenen omkleed te worden.
- (c) Indien men reeds 4^{de} of 5^{de} Dan bezit, wordt men geacht de nodige ervaring op te hebben gedaan in de Taekwondo. Na een jarenlange ontwikkeling wordt men daarom geacht iets toe te kunnen voegen aan hetgeen bekend is. Het is dus bij het samenstellen van een scriptie niet de bedoeling louter bestaande kennis te kopiëren of te verzamelen.
- (d) De scriptie dient een logische opbouw te hebben en leesbaar te zijn. Bij de lay-out is het niet van belang dit op te splitsen in allerlei afzonderlijke aspecten. Bij de beoordeling gaat het immers om de inhoud. Lay-out is van secundaire aard. Hierbij kan gedacht worden aan: illustraties, leesbaarheid, inhoudsopgave, etc.

11.8 Breektesten (Gye Pa)



11.8.1 Algemeen

- (a) De breektest-voettechniek dient altijd met balnal, apchook dan wel dwitchook en NIET MET baldeung (wreef) uitgevoerd te worden.
- (b) De breektest dient door alle examinandi minimaal op bandhoogte te worden uitgevoerd, waarbij het midden van de plank en de uitgevoerde techniek minimaal op bandhoogte is. Nareyo chagi wordt geacht op hoofdhoogte te worden uitgevoerd.
- (c) De breektest wordt in dit reglement in twee categorieën ingedeeld, namelijk in 'A' en 'B' categorie.
 - I. A = De breektest waarbij de nadruk ligt op de techniek.
 - II. B= De breektest waarbij de nadruk ligt op een maximaal doorslagvermogen. Voor dames geldt deze norm niet.
- (d) Bij breektest 'A' mag het materiaal slechts door één persoon worden vastgehouden.
- (e) Bij breektest 'B' mag het materiaal door maximaal twee personen worden vastgehouden.
- (f) Examinandi worden geacht elkaar behulpzaam te zijn bij het vasthouden van breekmateriaal.
- (g) De Dangraad examinandi kan binnen het kader van zijn mogelijkheden en gevraagde technieken zijn keus indien niet anders gesteld zelf bepalen tussen categorie 'A' of 'B'.
- (h) Categorie 'A' en 'B' dienen tijdens examens als gelijkwaardig te worden beschouwd.
- (i) Breektesten dienen altijd in één vloeiende doorgang zonder onderbreking te worden uitgevoerd (tussenstappen zijn toegestaan, pauzes echter niet).
- (j) Voordat de kandidaat uitvoering geeft aan de breektest dient hij / zij aan de examencommissie aan te geven welke technieken hij / zij uit gaat voeren. Tijdens het examen mag niet meer van de gemaakte keuze van techniek veranderd worden.
- (k) De waardering voor de breektest wordt als volgt bepaald:
 - I. niet breken: onvoldoende
 - II. wel breken maar techniek voldoet niet aan de eisen: onvoldoende
 - III. breken met een goed uitgevoerde techniek: voldoende
- (l) Een breektestreeks mag men maximaal drie (3) keer uitvoeren. Hierin zijn twee situatie mogelijk:
 - I. Tijdens de breektestreeks breekt één of meer planken niet. De kandidaat mag dan de breektestreeks herhalen. Echter men moet dan alle breektesten herhalen, dus ook die breektesten die in de vloeiende doorgang wel zijn gebroken.
 - II. De kandidaat breekt alle planken in zijn breektestreeks maar vindt zelf de uitvoering niet voldoende. De kandidaat heeft dan de keuze om de breektestreeks in zijn volledigheid (dus allemaal) over te doen.
- (m) Bij het 6^{de} danexamen en hoger dienen alleen die breektesten te worden herhaald op de planken die niet zijn gebroken. Dit wordt gedaan aan het einde van de reeks, ongeacht welke plank in de reeks niet gebroken is. De niet gebroken planken dienen wederom in een vloeiende en doorgaande beweging te worden gebroken. Er zijn dus maximaal drie reeksen waarin alle planken gebroken kunnen worden.
- (n) Na maximaal twee (2) keer uitmeten / positioneren van de planken dient de breektest in een vloeiende doorgang uitgevoerd te worden.

11.8.2 Breekmateriaal

- (a) Het te gebruiken breekmateriaal bij Dan en Poom examens dient te bestaan uit vierkante vurenhouten planken met een afmeting van 30 x 30 centimeter met een afwijkingmarge van 5%.
- (b) De dikte van het breekmateriaal bij Dan-examens is afhankelijk van de breektest categorie. Bij A = 18 mm of meer, bij B = 35 mm of meer. Voor de uitvoering van een breektest in de B-categorie behoeft geen massief materiaal gebruikt te worden van de voorgeschreven dikte, maar mogen twee (opeengestapelde) planken worden gebruikt uit de A-categorie. De planken mogen machinaal verlijmd zijn zoals ze te koop worden aangeboden.
- (c) Het te gebruiken breekmateriaal bij Poom- examens dient te bestaan uit vierkante vurenhouten planken afmetingen zoals genoemd onder (a) met een dikte van minimaal 10 mm en maximaal 12 mm. De Poom-grad examinand van vijftien (15) jaar en ouder dient vurenhouten planken te gebruiken van 18 mm dikte.

11.9 Partner

- (a) De examinandus dient zelf een partner mee te brengen in de eigen leeftijdsklasse.
- (b) De graduering van de partner bij de 1^{ste} t/m 3^e Dan-/Poom- examens dient minimaal 2^{de} Geup te bedragen. Bij examens voor 4 de Dan of hoger dient de partner minimaal in het bezit te zijn van de 1^{ste} Dan.
- (c) De partner dient over de gehele looptijd van het examen beschikbaar te zijn. (Bij het gebruik van een partner die gelijktijdig examen doet loopt men het risico dat deze niet beschikbaar is en met derhalve afgewezen wordt voor die onderdelen waarbij een partner noodzakelijk is.)

11.10 Kledingvoorschriften

- (a) De kandidaat en zijn partner(s) dienen het examenveld te betreden in een schone en neutrale dobok zonder overbodige versierselen.
 - I. Toegestaan is een pak met taekwondo op de rug en taekwondo in Koreaans en/of Nederlands of clubnaam. Hiernaast is het toegestaan een embleem van club en/of TBN om mouw of borst te dragen.
 - II. Het is niet toegestaan om reclame-uitingen te dragen op het pak.
 - III. Een zwart of roodzwarte V-hals is alleen toegestaan voor kandidaten die al een dan of poomgraad bezitten.
- (b) De kandidaten en zijn partner(s) dienen een band te dragen zoals dit is beschreven in artikel 7.
- (c) Het dragen van schoeisel (waaronder taekwondoschoenen) door de kandidaat en zijn partners is niet toegestaan tijdens het betreden van het examenveld en bij het uitvoeren van het examen.

11.11 Materiaal

- (a) Te gebruiken hulpmiddelen zoals hogo's, stootkussens, stokken en messen et cetera dienen door de examinandi zelf te worden meegebracht.

Artikel 12 Waardering en beoordeling

12.1 Definities en waardering

12.1.1 Praktijkonderdelen

- (a) De bij de examens gebruikte waarderingen hebben de volgende betekenis:
- O = Onvoldoende
 - V = Voldoende
- (b) Per praktijkonderdeel wordt door elke examiner afzonderlijk een individuele waardering gegeven volgens de betekenis uit lid 'a' van dit artikel.
- (c) De eindwaardering van de examinandi per praktijkonderdeel (met uitzondering van schriftelijk theorie-examen) wordt bepaald door de persoonlijke waarderingen van de examinatoren. De uiteindelijke eindwaardering, per praktijkonderdeel, wordt bepaald met meerderheid uitslag.
- Bijvoorbeeld: Bij drie examinatoren voor praktijk onderdeel 1: O, V en V, eindwaardering V
Bij drie examinatoren voor praktijk onderdeel 1: O, O en V, eindwaardering O
Bij vijf examinatoren voor praktijk onderdeel 1, O, O, V, V en V, eindwaardering V
Bij vijf examinatoren voor praktijk onderdeel 1, O, O, O, V en V, eindwaardering O
- (d) Voor de beoordeling van de uitvoering van de examenonderdelen gelden de (algemene) beoordelingscriteria zoals aangegeven in artikel 15

12.1.2 Theorie

- (a) Het onderdeel 'theorie' is een afzonderlijk examenonderdeel waarvoor een voldoende (V) of onvoldoende (O) kan worden behaald.
- (b) De volgende beoordelingstabel is van toepassing voor de 1^{ste} t/m 4^e dan:
- a. In het algemeen moet 60% of meer van de vragen goed zijn beantwoord.
 - b. 15 vragen: 9 vragen of meer goed geeft voldoende
 - c. 25 vragen: 15 vragen of meer goed geeft voldoende
 - d. 35 vragen: 21 vragen of meer goed geeft voldoende

12.2 Slagen / Herexamen / Zakken

- (a) Een kandidaat is geslaagd indien voor alle onderdelen (praktijk en theorie) de waardering voldoende is behaald.
- (b) Indien er voor een of meerdere onderdelen een onvoldoende is behaald dient voor die betreffende onderdelen herexamen worden gedaan.
- (c) Indien een kandidaat een onvoldoende behaalt tijdens een herexamen is de kandidaat gezakt.

12.3 Toelichting bij herexamen of zakken

- (a) Als de examenkandidaat een herexamen heeft of zakt, krijgt de kandidaat, indien gewenst, na afloop dan/poom examen uitleg over zijn/haar examen. Echter de kandidaat dient vergezeld te zijn door zijn/haar licentie houder hoofdtrainer / licentie houder clubtrainer van de school/vereniging waartoe de examenkandidaat behoort. Richttijd voor deze uitleg is 5 minuten.

Artikel 13 Bijzondere danpromotie in het kader van een bijzondere sportprestatie

Voor de navolgende sportprestaties kan het bondsbestuur een bijzonder Danpromotie verlenen, dit geldt voor zowel de discipline sparren als stijl:

1. Olympisch kampioen (senioren)
2. Wereld kampioen (senioren en junioren)
3. Europees kampioen (senioren en junioren)
4. Universiade kampioen (senioren)

Opmerking: voor punt 3 en 4 geldt dat dit twee keer behaald te worden of in combinatie van beide.

aanvulling:

Als men een bijzondere Danpromotie verleend krijgt, dan dient deze ook geregistreerd te worden bij Kukkiwon. Dit kan alleen als eerdere dangraden ook geregistreerd staan (de kosten voor deze registratie zijn in overleg met het bondsbestuur).

Na registratie heeft men te maken met de reguliere wachttijd voor een volgende dangraad. Het bestuur kan dan ook niet eerder weer een dangraad toekennen aangaande een bijzondere sportprestatie (aan de zelfde persoon) als dat de nieuwe wachttijd voorbij is, eventueel met de (nieuwe) te verdienen wachttijd verkorting.

De wachttijdverkortingsregeling is dan volgens het dan/poom reglement artikel 9.2

Tevens geldt voor bovenstaande prestaties dat deze moeten zijn behaald conform artikel 9.2 van het dan/poom reglement.

Artikel 14 Technische dan- en poomeisen



14.1 Eisen 1^{ste} Dan/Poom

Praktijk 1

'A' = Taegeuk 8.

'B' = Eén Taegeuk naar eigen keuze van 4 t/m 7.

'C' = Eén Taegeuk naar keus van de E.C. van 1 t/m 7.

Praktijk 2

ILBO TAERYON

15 stuks met gebruikmaking van onder andere gesprongen voet- en handtechnieken c.q. combinaties daarvan. Aanval begint vanuit een links voorwaartse lange stand met een rechtse vuiststoot komende in een rechts voorwaartse lange stand. De kandidaat moet vijf hand technieken en tien voettechnieken laten zien waarvan minimaal 3 voettechnieken gesprongen zijn.

Praktijk 3

HOSINSUL

12 stuks verdedigingstechnieken tegen vasthouden beetpakken en klemmen naar eigen inzicht uitgevoerd met de eigen partner die als aanvaller fungeert.

De volgende 8 stuks aanvalstechnieken dienen verplicht getoond te worden in onderstaande volgorde;

1. Gekruist de pols/onderarm vastgrijpen met een enkele of dubbele greep,
2. Revers vastpakken met een enkele of dubbele greep,
3. Verwuring met beide gestrekte armen van voor van de hals,
4. Vastpakken van het hoofd en/of -haren,
5. Beide polsen vastgrijpen aan de rugzijde,
6. Verwuring met beide gestrekte armen van achter van de hals,
7. Omklemming van achteren met de armen ingesloten,
8. Omklemming van het hoofd waarbij de aanvaller naast de verdediger staat, beide met het hoofd naar dezelfde richting.

De overige 4 aanvalstechnieken zijn vrij en naar eigen keuze van de examinandus waarbij de technieken een variant mogen zijn op reeds getoonde 8 stuks verplichte aanvalstechnieken. De vier vrije technieken zijn genummerd van 9 t/m 12.

Praktijk 4

GYEO-RUGI

eenmaal 1½ minuut volgens het wedstrijdreglement (met volledige bescherming). Er dient gespard te worden met meerdere, in de Taekwondo voorkomende technieken.

Praktijk 5

GYEK PA

Totaal drie stuks uit de A-categorie: twee naar eigen inzicht (waarvan minstens één voet techniek) en één op aanwijzing van examencommissie. De kandidaat geeft bij de examencommissie aan welke twee technieken hij / zij gaat uitvoeren. De examencommissie vult dit aan met een verplichte techniek. De examencommissie heeft de keuze uit de volgende technieken.

- Yop-chagi.
- Dollyo-chagi.
- Dwit-chagi.

De kandidaat voert eerst de door de examencommissie aangewezen verplichte techniek uit, met het achterste been vanuit een dwit-koobi seogi of ap-koobi seogi stand, gevolgd door de twee eigen gekozen technieken.

Theorie

Benamingen van de genoemde stijlvormen, technieken en standen tot en met de 8^{ste} stijlvorm en alle in de Taekwondo gebruikelijke Koreaanse termen. In principe bestaat het theorie-examen uit een vijftien tal vragen in meerkeuze systeem.

14.2 Eisen 2^e Dan/Poom



Praktijk 1

'A' = Stijlvorm 9 (Koryo).

'B' = Eén Taegeuk naar eigen keuze van 5 t/m 8.

'C' = Eén Taegeuk naar keus van de E.C. van 1 t/m 8.

Praktijk 2

ILBO TAERYON 15 stuks met gebruikmaking van onder andere voet- en handtechnieken, gesprongen voettechnieken, c.q. combinaties daarvan. De aanval begint vanuit een links voorwaartse lange stand. De aanval moet niet alleen uit stoten bestaan, maar dient ook uit andere aanvallen te bestaan zoals bijvoorbeeld trappen en/of slagen. De tegenaanval van kandidaat moet 5x eindigen met een handtechniek en 10x met een voettechniek. In de serie van voettechnieken moeten er minimaal 3 gesprongen zijn.

Praktijk 3

HONSINSUL 12 stuks verdedigingstechnieken tegen verschillende vormen van stokaanval.

Praktijk 4

BAN-CHAYU TAERYON 'A' 1 minuut diverse trap- en stoottechnieken en of combinaties daarvan, uitgevoerd op één of twee stootkussen/mitts welke door de partner vastgehouden c.q. bewogen worden.

De kandidaat en zijn partner dragen de volledige vereiste wedstrijdtrusting tijdens het gehele praktijkonderdeel 4.

Er zit geen pauze tussen onderdeel A en B, behalve de tijd voor het wegleggen van het stootkussen/mitt.

GYEO-RUGI 'B' 1 minuut sparring volgens het wedstrijdreglement (met volledige bescherming).

Er dient gespard te worden met meerdere, in de Taekwondo voorkomende technieken.

Praktijk 5

GYEK PA in één sprong zonder te landen twee breektesten uit de A-categorie, waarvan minstens één voettechniek. De examinandus van 40 jaar en ouder mag/kan twee afzonderlijk gesprongen breektesten uitvoeren, waarvan minstens één voettechniek.

Theorie

Benamingen van de genoemde stijlvormen, technieken en standen tot en met de 9^{de} stijlvorm en alle in de Taekwondo gebruikelijke Koreaanse termen. In principe bestaat het theorie-examen uit een vijftientig tal vragen in meerkeuze systeem.

14.3 Eisen 3^e Dan/Poom

Praktijk 1

'A' = Stijlvorm 10 (Keumgang).

'B' = Eén stijlvorm naar eigen keuze van 6 t/m 9.

'C' = Eén stijlvorm naar keus van de E.C. van 1 t/m 9.

Praktijk 2

ILBO TAERYON 15 stuks met gebruikmaking van onder andere voet- en handtechnieken, gesprongen voettechnieken c.q. combinaties daarvan. De aanval van de partner dient te bestaan uit enkele en meervoudige hand-, vuist- en voettechnieken. De tegenaanval van de kandidaat moet 5x eindigen met een handtechniek en 10x met een voettechniek. In de serie van voettechnieken moeten er minimaal 3 gesprongen zijn.

Praktijk 3

HONSINSUL 12 stuks verdedigingstechnieken tegen verschillende vormen van mesaanval.

Praktijk 4

CHAYU TAERYON 1½ minuut sparren tegen één (1) tegenstander volgens het wedstrijdreglement (met volledige bescherming) waarin de kandidaat gebruik dient te maken van meerdere in het taekwondo voorkomende traptechnieken.

Praktijk 5

GYEK PA in één sprong zonder te landen twee voettechniek breektesten uit de A-categorie plus twee afzonderlijke hand/vuist/elleboog breektesten uit de A-categorie naar eigen keuze.
Examinandi van 40 jaar en ouder kunnen de te springen voettechniek breektest vervangen door twee afzonderlijk gesprongen voettechniek breektesten, eveneens naar eigen keuze.

Theorie

Benamingen van de stijlvormen, technieken en standen tot en met de 10^{de} stijlvorm en alle in de Taekwondo gebruikelijke Koreaanse termen.
Daarnaast vragen uit het wedstrijd en scheidsrechters reglement.
In principe bestaat het theorie-examen uit een vijfendertig tal vragen in meerkeuze systeem.

14.4 Eisen 4^e Dan/Poom

Praktijk 1

'A' = Stijlvorm 10 (Keumgang).

'B' = Stijlvorm 11 (Taebaek).

'C' = Eén stijlvorm naar keus van de E.C. van 1 t/m 9.

Praktijk 2

SAMBO TAERYON

'A' 10 stuks. De eindafwerking dient te geschieden met (een) hand-vuist techniek(en).

IBO TAERYON

'B' 10 stuks. De eindafwerking dient te geschieden met (een) voettechniek(en).

ILBO TAERYON

'C' 10 stuks. De eindafwerking is vrij.

Praktijk 3

HOSINSUL

8 stuks verdedigingstechnieken tegen klemmen, vasthouden en vastpakken

8 stuks verdedigingstechnieken tegen verschillende vormen van stokaanval

8 stuks verdedigingstechnieken tegen verschillende vormen van mesaanval

Tijdens het examen dient bovenstaande volgorde te worden gehanteerd.

Voor de verdedigingstechnieken tegen klemmen, vasthouden en vastpakken gelden er geen verplichte aanvalstechnieken zoals bij de eisen voor 1^e dan

Praktijk 4

CHOKKI TAERYON

15 stuks met de eigen partner.

Praktijk 5

GYEK PA

4 stuks, waarvan minimaal twee (2) voettechnieken, naar eigen inzicht. Twee van deze vier breektesten dienen uit de B-categorie te zijn.

Theorie

Benamingen van de stijlvormen, technieken, standen en richtingen tot en met de 11^{de} stijlvorm en alle in de Taekwondo gebruikelijke Koreaanse termen. Daarnaast vragen uit het wedstrijd en scheidsrechters reglement.

In principe bestaat het theorie-examen uit een vijftigertig tal vragen in meerkeuze systeem.

14.5 Eisen 5^e Dan

Praktijk 1

'A' = Stijlvorm 12 (Pyongwon).

'B' = Stijlvorm 13 (Sipjin).

'C' = Twee stijlvormen naar keus van de E.C. van 1 t/m 11.

Praktijk 2

Een demonstratie van het eigen kunnen van 20 minuten, waarin minimaal 5 breektesten zijn opgenomen (waarvan maximaal twee (2) handtechnieken) en waarbij mede gedeeltelijk gebruik dient te worden gemaakt van de eigen partner. De demonstratie dient aan een aantal eisen te voldoen:

Een schriftelijke korte opzet van de inhoud wordt voor de aanvang van het examen aan de examencommissie overhandigd;

Het materiaal voor de breektesten dient te breken;

Onderdelen welke alleen door anderen, zijnde niet de kandidaat zelf, worden uitgevoerd zijn niet toegestaan;

Het demonstreren van scheidsrechtersvaardigheden of gelijkwaardige activiteiten zijn niet toegestaan.

Theorie

- A. Het vooraf maken van een vrij betoog betreffende taekwondo. Dit betoog dient in 6-voud gelijktijdig met aanvraag danexamen (**tot uiterlijk vier weken voor datum danexamen**) opgestuurd te worden naar het Bondsbureau. Het betoog wordt beoordeeld door de leden van de examencommissie welke een advies zullen uitbrengen over de te geven waardering. Het betoog zal worden verdedigd voor de examencommissie tijdens het danexamen.

Het betoog zal worden gehouden over een onderwerp dat kan worden geselecteerd uit een door de Technische Commissie gepubliceerde lijst van onderwerpen. Het betoog hoeft niet de mening te verwoorden van de examencommissie. Het betoog is minimaal 1 pagina en maximaal 2 pagina's met normale lettergrootte en regelafstand.

- B. Het maken van een Taekwondo Curriculum Vitae welke gelijktijdig met de examenaanvraag wordt verstuurd.

14.6 Eisen 6^e Dan

Praktijk 1

'A' = Stijlvorm 13 (Sipjin).

'B' = Stijlvorm 14 (Jitae).

'C' = Twee stijlvormen naar keus van de E.C. van 9 t/m 12.

Praktijk 2

GYEK PA 6 verschillende breektesten naar eigen inzicht, waarvan maximaal twee (2) handtechnieken.

Theorie

- A. Het vooraf maken van een vrij proefschrift (scriptie) betreffende taekwondo. Dit proefschrift (scriptie) dient in 6-voud gelijktijdig met aanvraag danexamen (tot uiterlijk vier weken voor datum danexamen) opgestuurd te worden naar het Bondsbureau. Het proefschrift (scriptie) wordt beoordeeld door de leden van de examencommissie welke een advies zullen uitbrengen over de te geven waardering. Na het praktijkexamen zal de examencommissie een evaluatie van dit proefschrift (scriptie) plaatsvinden.

Het proefschrift (scriptie) dient aan de navolgende eisen te voldoen:

- (a) Het onderwerp is een ander onderwerp dan wat voor het 5^{de} Danexamen is betoogd
 - (b) Het onderwerp dient voldoende raakvlakken met Taekwondo te vertonen.
 - (c) Er dient een duidelijke (eigen) visie gegeven te worden.
 - (d) De uitwerking dient iets toe te voegen aan hetgeen bekend is. Het is dus niet (alleen) de bedoeling bekende informatie over te nemen of te verzamelen.
 - (e) De indeling dient uit drie onderdelen te bestaan:
 - Inleiding.
 - Uitwerking.
 - Conclusies/samenvatting.
 - (f) Lay-out. Het proefschrift (scriptie) omvat minimaal 10 en maximaal 20 pagina's getypt in normale regelafstand en lettertype.
- B. Het maken van een Taekwondo Curriculum Vitae welke gelijktijdig met de examenaanvraag wordt verstuurd.

14.7 Eisen 7^e Dan

Praktijk 1

'A' = Stijlvorm 14 (Jitae).

'B' = Stijlvorm 15 (Cheonkwon).

'C' = Twee stijlvormen naar keus van de E.C. van 9 t/m 13.

Praktijk 2

GYEK PA 7 verschillende breektesten naar eigen inzicht, waarvan maximaal twee (2) handtechnieken.

Theorie

- A. Het vooraf maken van een vrij proefschrift (scriptie) betreffende taekwondo. Dit proefschrift (scriptie) dient in 6-voud gelijktijdig met aanvraag danexamen (tot uiterlijk vier weken voor datum danexamen) opgestuurd te worden naar het Bondsbureau. Het proefschrift (scriptie) wordt beoordeeld door de leden van de examencommissie welke een advies zullen uitbrengen over de te geven waardering. Tijdens het praktijkexamen zal met de examencommissie een evaluatie van dit proefschrift (scriptie) plaatsvinden.

Het proefschrift (scriptie) dient aan de navolgende eisen te voldoen:

- (a) Het onderwerp is een ander onderwerp dan wat voor het 6^{de} Danexamen is beschreven.
 - (b) Het onderwerp dient voldoende raakvlakken met Taekwondo te vertonen.
 - (c) Er dient een duidelijke (eigen) visie gegeven te worden.
 - (d) De uitwerking dient iets toe te voegen aan hetgeen bekend is. Het is dus niet (alleen) de bedoeling bekende informatie over te nemen of te verzamelen.
 - (e) De indeling dient uit drie onderdelen te bestaan:
 - a. Inleiding.
 - b. Uitwerking.
 - c. Conclusies/samenvatting.
 - (f) Lay-out. Het proefschrift (scriptie) omvat minimaal 10 en maximaal 20 pagina's getypt in normale regelafstand en lettertype.
- B. Het vooraf maken van een beschrijving van de specifieke bijdrage aan het Taekwondo van de examinandus. Hierbij dient zoveel mogelijk te worden ingegaan op concrete resultaten. Deze specifieke bijdrage aan het Taekwondo wordt beoordeeld door de leden van de examencommissie welke een advies zullen uitbrengen over de te geven waardering.
(tot uiterlijk vier weken voor datum danexamen), opgestuurd te worden naar het Bondsbureau.

14.8 Eisen 8^{ste} t/m 10^{de} Dan

- a.) De Dangraden in het kader van dit artikel kunnen alleen worden behaald in directe samenwerking met de Kukkiwon / World Taekwondo Federatie (W.T.F.).

Artikel 15 Beoordelingscriteria

In de onderstaande artikelen wordt beschreven op welke criteria een onderdeel wordt beoordeeld.

15.1 Stijlvormen

- vorm conform eis
- standen
- traptechnieken
- handtechnieken
- juiste ademhaling
- juiste houding; balans
- beginpunt = eindpunt
- kijkrichting
- kracht; spierspanning
- dynamiek / elan / ritmiek

15.2 Ilbo / Ibo / Sambo Taeryon

- conform exameneis
- afstand
- timing / reactie
- kracht
- realiteitszin
- uitvoering technieken

15.3 Hosinsul

- conform exameneis
- realiteitsgehalte
- proportionaliteit in de counter
- kandidaat verwondt zichzelf niet
- afronden met taekwondotechniek

15.4 Gyo-Rugi

- conform exameneis
- conform wedstrijdreglement
- realiteitsgehalte
- traptechnieken
- inzicht
- grip op de partij / scoren
- variatie in technieken en links / rechts
- conditie

15.5 Banchayu Taeryon

- conform exameneis
- variatie in technieken en links / rechts, voet / hand
- logische combinaties
- conditie

15.6 Chokki Taeryon

- conform exameneis
- afstand
- timing / reactie
- kracht
- realiteitszin
- uitvoering technieken
- variatie

15.7 Gyek Pa

- conform exameneis
- materiaal gebroken
- beheersing techniek / balans
- moeilijkheidsgraad techniek

15.8 Algemeen

- Tijdens het gehele examen dient de examinandus de juiste Taekwondo etiquette in acht te nemen.