

Seon - Taichi Coréen - Programme

Niveau 10 - Ceinture Jaune

Poomsae - Seon Section 1
Poomsae - 8 Respirations Energétiques



Niveau 5 - Ceinture Bleue

Poomsae - TaiChi Yang 8
Poomsae - HanSu Section 4

Niveau 4 - Ceinture Bleue Barette

Poomsae - Kara Tanto
Poomsae - HanSu Section 5

Niveau 9 - Ceinture Orange

Poomsae - Seon Section 2
Poomsae - Won Kang Section 1

Niveau 3 - Ceinture Rouge Barette 1

Poomsae - Ten Sho

Niveau 8 - Ceinture Orange Barette

Poomsae - Won Kang Section 2
Poomsae - HanSu Section 1

Niveau 2 - Ceinture Rouge Barette 2

Poomsae - HanTae Geuk
Poomsae - Chon Ji

Niveau 7 - Ceinture Verte

Poomsae - 5 Respirations Energétiques
Poomsae - HanSu Section 2



Niveau 6 - Ceinture Verte Barette

Poomsae - Seon Section 3
Poomsae - HanSu Section 3

Niveau 1 - Ceinture Rouge Barette 3

Poomsae - TaiChi Yang 24