

COMISIÓN NACIONAL DE GRADOS



Proceso de Inscripción

- Recepción de documentos: 28 de junio al 5 agosto
- Por medio de enlace en línea a continuación

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAI pQLScEpD4HfclscoTeno2YSWB_H85xPqq4q-c7be7bwShK7P8OQ/viewform

Requisitos

- Pertenecer a una escuela afiliada a la FCT.
- Al menos 5 años de práctica del taekwondo.
- No contar con sanciones disciplinarias por parte de la FCT.
- Tener al menos 2 años en cinturón rojo, o su respectivo tiempo en cada Dan.
- Cancelar el monto de 60.000 colones.

Números de cuenta (Banco Nacional)

Colones

100-01-185-000294-0

IBAN

CR51 0151 1851 0010 0029 41

Dólares

100-02-185-000207-4

IBAN

CR25 0151 1851 0020 0020 72

Cédula Jurídica 3-002-660565

Cronograma

8 sesiones los domingos

9:00 am a 1:00 pm

En línea por medio de la plataforma zoom

Dos grupos, dividido entre mayores y menores de 15 años

Fechas

- 8 y 22 de agosto
- 12 y 26 de setiembre
- 10 y 24 de octubre
- 7 de noviembre
- 5 de diciembre (graduación)



Tabla de Evaluación -15

Curso	Valor
Historia del Taekwondo y Valores Organizacionales	10 %
Vocabulario Básico Coreano	15 %
Poomsae y Fundamentos. Pal Yang y Koryo	15 %
Actualización de Reglas de Arbitraje	15 %
Métodos de entrenamiento de flexibilidad y elasticidad.	15 %
Técnicas de combate	15 %
Psicología	15 %
TOTAL	100 %

Tabla de Evaluación +15

Curso	Valor
Filosofía del Docente.	10 %
Poomsae & Fundamentos (Koryo y Kumgam).	15 %
Psicología del entrenamiento	15 %
Actualización de Reglas de Arbitraje	15 %
Métodos de entrenamiento de flexibilidad y elasticidad.	15 %
Técnicas de combate	15 %
Psicomotricidad I	15 %
TOTAL	100 %

Requerimientos

- Cada sesión tendrá su evaluación teórica de manera virtual.
- La evaluación de poomsae será práctica.
- En todas las sesiones se debe poner la cámara y contar con buena conexión a internet.
- No se permiten ausencias.