



FTKDMG

Federação de Taekwondo de Minas Gerais

POOMSAE FORMAS

CATEGORIA FRALDINHA, PRE-MIRIM, MIRIM

Poderão fazer um ou dois poomsaes a escolha.

CATEGORIA INFANTIL

MASCULINO E FEMININO

10º gub - SAJU AP TCHAGUI

9º gub - SAJU TCHIRIGUI e SAJU AP TCHAGUI

8º gub - IL DJAN e SAJU TCHIRIGUI

7º gub - IL DJAN e I DJAN

6º gub - SAN DJAN e II DJAN

5º gub - SAN DJAN e SÁ DJAN

4º gub - SÁ DJAN e O DJAN

3º gub - O DJAN e I DJAN

2º gub - e 1º gub O DJAN e TCHIL DJAN

FAIXA PRETA INDIVIDUAL – O DJAN e PAL DJAN

FAIXA PRETA DE DUPLAS – TIL DJAN e YULI DJAN

FAIXA PRETA DE TRIOS – YUKI DJAN e KORIO

OBS: POONSAE DO QUARTETO SEGUE O SORTEIO DO TRIO



FTKDMG

Federação de Taekwondo de Minas Gerais

POOMSAE FORMAS

CATEGORIA CADETE MASCULINO

10º gub - SAJU AP TCHAGUI

9º gub - SAJU TCHIRIGUI e SAJU AP TCHAGUI

8º gub - IL DAJN e SAJU TCHIRIGUI

7º gub - I DJAN e IL DJAN

6º gub - IL DJAN e I DJAN

5º gub - IL DJAN e SAN DJAN

4º gub - O DJAN e SAN DJAN

3º gub - YUKI DJAN e SÁ DJAN

2º gub e 1º gub - O DJAN e TIL DJAN

FAIXA PRETA INDIVIDUAL – TCHIL DJAN e KUNGAM

FAIXA PRETA DE DUPLAS – KORIO e PAL DJAN

FAIXA PRETA DE TRIOS - KUGAN e YUKI DJAN

OBS: POONSAE DO QUARTETO SEGUE O SORTEIO DO TRIO



FTKDMG

Federação de Taekwondo de Minas Gerais

POOMSAE FORMAS

CATEGORIA CADETE FEMININO

10º gub - SAJU AP TCHAGUI

9º gub - SAJU AP TCHAGUI e SAJU AP TCHAGUI

8º gub - SAJU TCHIRIGUI e IL DJAN

7º gub - I DJAN e IL DJAN

6º gub - IL DJAN e SAN DJAN

5º gub - SAN DJAN e I DJAN

4º gub - SAN DJAN e SÁ DJAN

3º gub - SÁ DJAN e O DJAN

2º gub e 1º gub - TIL DJAN e YUKI DJAN

FAIXA PRETA INDIVIDUAL – PAL DJAN e KUNGAM

FAIXA PRETA DE DUPLAS – TCHIL e O YUKI DJAN

FAIXA PRETAS DE TRIOS – KUGAN e PAL DJAN

OBS: POONSAE DO QUARTETO SEGUE O SORTEIO DO TRIO

**POOMSAE FORMAS****CATEGORIA JUVENIL MASCULINO**

10º gub - SAJU AP TCHAGUI

9º gub - SAJU AP TCHAGUI SAJU TCHIRIGUI

8º gub - SAJU TCHIRIGUI e IL DJAN

7º gub - I DJAN e IL DJAN

6º gub - IL DJAN e SAN DJAN

5º gub - IL DJAN e SÁ DJAN

4º gub - SAN DJAN e SÁ DJAN

3º gub - SÁ DJAN e O DJAN

2º gub e 1º gub - TIL CHAN e SÁ DJAN

FAIXA PRETA INDIVIDUAL – KORIO e KUGAN

FAIXA PRETA DE DUPLAS – YUKI DJAN e KUGAN

FAIXA PRETA DE TRIOS – KORIO e PAL DJAN

OBS: POONSAE DO QUARTETO SEGUE O SORTEIO DO TRIO

**POOMSAE FORMAS****CATEGORIA JUVENIL FEMININO**

10º gub - SAJU AP TCHAGUI

9º gub - SAJU AP TCHAGUI e SAJU TCHIRIGUI

8º gub - SAJU TCHIRIGUI e IL DJAN

7º gub - I DJAN e SAJU TCHIRIGUI

6º gub - IL DJAN e I DJAN

5º gub - SÁ DJAN e SAN DJAN

4º gub - SÁ DJAN e IL DJAN

3º gub - O DJAN e SÁ DJAN

2ºgub e 1º gub - TCHIL DJAN e SÁ DJAN

FAIXA PRETA INDIVIDUAL – KORIO e KUNGAM

FAIXA PRETA DE DUPLAS – O DJAN e TIL DJAN

FAIXA PRETA DE TRIO – KUGAM e TAEBAEK

OBS: POONSAE DO QUARTETO SEGUE O SORTEIO DO TRIO

**POOMSAE FORMAS****CATEGORIA ABAIXO DE 30 ANOS MASCULINO**

10º gub - SAJU AP TCHAGUI

9º gub - SAJU AP TCHAGUI e SAJU TCHIRGUI

8º gub - SAJU TCHIRIGUI e IL DJAN

7º gub - IL DJAN e I DJAN

6º gub - IL DJAN e SAN DJAN

5º gub - SÁ DJAN e I DJAN

4º gub - O DJAN e SAN DJAN

3º gub - O DJAN e SÁ DJAN

2ºgub e 1º gub - YUK DJAN E TCHIL DJAN

FAIXA PRETA INDIVIDUAL – KUNGAM e PYONGWON

FAIXA PRETA DE DUPLAS O DJAN e KORIO

FAIXA PRETA DE TRIO – PYONGWON e YUKI DJAN

OBS: POONSAE DO QUARTETO SEGUE O SORTEIO DO TRIO

**POOMSÆ FORMAS****CATEGORIA ABAIXO DE 30 ANOS FEMININO**

10º gub SAJU AP TCHAGUI

9º gub - SAJU AP TCHAGUI e SAJU TCHIRIGUI

8º gub - SAJU TCHIRIGUI e IL DJAN

7º gub - IL DJAN e I DJAN

6º gub - I DJAN e SAN DJAN

5º gub - SÁ DJAN e SAN DJAN

4º gub - O DJAN e SAN DJAN

3º gub - SÁ DJAN e O DJAN

2ºgub e 1º gub - SÁ DJAN e TCHIL DJAN

FAIXA PRETA INDIVIDUAL – KUNGAM e PYONGWON

FAIXA PRETA DE DUPLAS – KUGAN e PAL DJAN

FAIXA PRETA DE TRIO – TAEBAEK e O DJAN

OBS: POONSAE DO QUARTETO SEGUE O SORTEIO DO TRIO

**POOMSAE FORMAS****CATEGORIA ABAIXO DE 40 ANOS MASCULINO E FEMININO**

10º gub - SAJU AP TCHAGUI

9º gub - SAJU AP TCHAGUI e SAJU TCHIRIGUI

8º gub - I DJAN e IL DJAN

7º gub - IL DJAN e I DJAN

6º gub - I DJAN e SAN DJAN

5º gub - SÁ DJAN e SAN DJAN

4º gub - O DJAN e I DJAN

3º gub - SAN DJAN e O DJAN

2ºgub e 1º gub - O DJAN E TCHIL DJAN

FAIXA PRETA INDIVIDUAL – PYONGWON e SIPJIN

FAIXA PRETA DE DUPLAS – KUNGAM e PAL DJAN

FAIXA PRETA DE TRIO – KORIO e KUGAN

OBS: POONSAE DO QUARTETO SEGUE O SORTEIO DO TRIO