3. TAE KWON DO – Prüfung
8. Kup (grün)

30 Trainingsteilnahmen[1]

1. TECHNIKEN[2]

in JOOCHOOM SEOGI	momtong jireugi [ein-, zwei-. und dreifach]
in AP KOOBI (Vorwärts) und in DWIT KOOBI (Rückwärts)[3] (Gehen)	bakkat palmok arae makki (arae makki) an palmok bakkat makki (momtong makki) bakkat palmok an makki (an makki) bakkat palmok bakkat makki (bakkat makki) bakkat palmok eolgool makki (eolgool makki)
in DWIT KOOBI (Gehen)	yeop[4] an palmok bakkat makki (momtong makki) yeop bakkat palmok an makki (an makki) han sonnal bakkat makki
in AP SEOGI (Stehen) davor Wechselstep; danach momtong hechyeo makki	ap eolyeo chagi ap chagi an chagi bakkat chagi mireo chagi naeryeo chagi
in AP SEOGI (Gehen)	twieo ap chagi[5]

2. POOMSE

1.) Taeguk il jang

3. KYORUGI

Sebon-kyorugi (3-Schritt-Kampf)

- 4 Aktionen mit Partner
- Inhalt:Grundblocks (momtong makki, an makki, bakkat makki, eolgool makki)

4. HO SIN SUL

Fallschule:	Rückwärtsfallen Vorwärtsfallen Rolle vorwärts links und rechts auf Matte

1 Seit der letzten Prüfung! ;-)
2 Die Techniken werden mit dem vollen korrekten Namen angegeben. Dahinter wird in Klammer die im Training gebräuchliche Bezeichnung angegeben.
3 D.h. es erfolgt kein Umdrehen; der Blick geht beim Vorwärts- und Rückwärtsgehen in die gleiche Richtung
4 Das yeop bedeutet seitlich und kommt hier zum Namen hinzu, da der einzunehmende Stand Dwit Koobi ist und der Block somit (eher) seitlich ausgeführt wird.
5 twieo = springen

5. KYOK PA

ap chagi (Holzbrett)

6. THEORIE

Die vier Innhalte des TKD	a) Hand- und Fußtechniken b) Poomse c) Selbstverteidigung d) Bruchtest
Was heißt auf Koreanisch:	Tae Kwon Do Meister/Lehrer Trainingsstätte Trainingskleidung
Verhaltensregeln des TKD	