

2. TAE KWON DO - Prüfung

9. Kup (gelb)

30 Trainingsteilnahmen¹

1. *TECHNIKEN*²

in JOOCHOOM SEOGI	momtong jireugi [zweifach]
in AP KOOBI (Gehen)	momtong bandae – momtong baro jireugi ³ bakkat palmok arae makki (arae makki) an palmok bakkat makki (momtong makki) bakkat palmmok an makki (an makki) bakkat palmok bakkat makki (bakkat makki) bakkat palmok eolgool makki (eolgool makki)
in DWIT KOOBI (Gehen)	bakkat palmok an makki (an makki)
in AP SEOGI (Stehen)	ap eolyeo chagi
dwit pal chagi	ap chagi
danach momtong	an chagi
hechyeo makki	bakkat chagi mireo chagi naeryeo chagi

2. *THEORIE*

Was heißt auf Koreanisch: Meister
Lehrer
Trainingsstätte
Trainingskleidung

Verhaltensregeln im TKD-Training

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 Nur einen Schritt in Ap Koobi gehen und dabei 2 Fauststöße machen.

Bandae = Faust und Fuß auf gleicher Seite, Baro = Faust und Fuß auf gegengleicher Seite

