TKD Forum
Graz 2.0

Prüfungsprogramm

Handtechniken: Gawi-Makki, Oesantul-Makki

Fußtechniken: Mehrfachtritte im Sprung

Theorie: Bedeutung der 7. Form, Name der gezeigten Techniken, Taekwondo in Österreich, Entwicklung des TKD nach dem 2. Weltkrieg, Verbandsstruktur

Selbstverteidigung: 10 selbst einstudierte Bewegungen

Form: Taeguk Chil-Jang

Hanbon-kyorugie: 10 selbst einstudierte Bewegungen

Kyorugie: 3x2 Minuten Vollkontakt

Kyokpa: eine gedreht gesprungene Fußtechnik

2. KUP