TKD Forum
Graz 2.0

Prüfungsprogramm

Handtechniken: Han-Sonnal-Bituro-Makki, Sonnal-Kumgang-Makki, Goduro-Makki, Nullo-Makki, Gawi-Makki

Fußtechniken: Dubal-Ap-Chagi, Twio-Momdollyo-Chagi

Theorie: Bedeutung der 5. Form, Name der gezeigten Techniken, allgemeine Kampfregeln (Ablauf des Kampfes, Schutzausrüstung, Anzahl der Kampfrichter, Trefferpunkte)

Selbstverteidigung: Goshindo-Stichtechnik, Stock-/Messerabwehr

Form: Taeguk Oh-Jang

Hanbon-kyorugie: 9 Beintechniken

Kyorugie: 1x3 Minuten Vollkontakt

Kyokpa: eine Fußtechnik, eine Handtechnik

4. KUP