

**Prüfung zum 2. Kup Rot Gurt**

**Armtechniken:** Jebipum-han-sonnal-olgul-pakkat-makki (Schwalbenform-ein Handkanten- nach oben-nach außen ausgeführter-Block)  
Pakkat-palmok-olgul-pakkat-makki (Mit der Außenseite-des Unterarmes nach oben und außen geführter-Block)  
Arae-hechyo-pakkat-makki (Nach unten-keil/beidseitig-nach außen ausgeführter Block)  
Batangson-momdong-an-makki (Mit dem Handballen- zur Körpermitte nach innen geführter-Block)

**Poomse:** Poomse-taeguk-yuk-chang



In dieser Form ist das Symbol des Wassers verankert. Ohne Wasser kann der Mensch nicht leben. Das Wasser behält immer seine Beschaffenheit, fließt immer bergab und umgeht, wenn erforderlich, die Hindernisse. Dabei ist das tiefe, stille Wasser ebenso gefährlich wie Stromschnellen und Wasserfälle. Fließend und nachgiebig sind die Bewegungen dieser Form, die durch Fußtritte durchbrochen werden. Sie zeugen vom ruhigen gefestigten Menschen, der wie das Wasser sein Wesen nicht ändert, sondern gelassen den Schwierigkeiten entgegenseht.

**Fußtechniken:** Bitûrô-chagi (Gewundener Tritt von innen nach außen)

**Kampf:** Freier Kampf

**Einschrittkampf:** Alle erlernten Stellungen und Techniken miteinander kombinieren, mindestens zwei Kontertechniken aneinanderreihen

**Theorie:** Trainingslehre

***Alles was bei den letzten Prüfungen abgefragt wurde, kann auch diesmal abgefragt werden!***