

Prüfung zum 6. Kup Grün Gurt

Armtechniken: Olgul-jumok-jirugi (nach oben-mit der Faust-gestoßen)
Momdong-yop-jirugi (Fauststoß zur Seite, meist in Chuchum-sogi)
Han-sonnal-pakkat-makki (Ein-Handkanten-nach außen gezogener-Block)

Poomse: Poomse-taeguk-i-chang



Dieses Zeichen steht für den Frohsinn und die Heiterkeit. Es bezieht sich dabei auf einen fröhlichen Menschen, welcher innerlich gefestigt ist. Durch sein Auftreten gibt er anderen Menschen Zuversicht und Mut, ein Mensch eben, der sich durch große innerliche Kraft und Ausgeglichenheit auszeichnet. Dieses I-Ging Symbol ist das zweite Urzeichen der Yin – Yang Lehre und soll also als Zeichen für die Taeguk - I- Chang die ruhige Gelassenheit kombiniert mit einem kraftvollen Auftreten symbolisieren. Ähnlich dem Taekwondoin, der trotz kurzer Trainingszeit sich schon durch ein sichereres Auftreten auszeichnet.

Fußtechniken: Yôp-chagi / Seitwärtstritt (mit Balnal/Fußaußenkante treffen)

Steps: Three-step (two-step, mit folgendem one-step)
X-step (Füße kreuzen und in Vorwärtsbewegung öffnen)

Kampf: Freikampf einen Angriff, einen Konter mit Ausweichen

Einschrittkampf: Alle erlernten Stellungen und Techniken miteinander kombinieren,
Fuß- und- Armtechniken als zwei Kontertechniken aneinanderreihen

Fallschule: Vorwärts abrollen / aus dem Stand nach seitlich hinten fallen

Begriffe: Gyorugi/Kampf

Theorie: Koreanische und deutsche Bezeichnungen der gezeigten Techniken und Übungen und geistige Hintergründe des Taekwondo.

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