

Examen 8ste kup (gele band)

Minstens 3 mnd trainingen hebben gevolgd, na het behalen van de 9de kup.

Praktijk 1 :

Basistechnieken uit de 1ste taegeuk il-jang.

Area-makki, Montong-Makki, Oelgool-Makki

De ster, met traptechnieken

Praktijk 2 :

Taegeuk IL-Jang

Praktijk 3 :

3-steps : 3 stuks zowel links als rechts kunnen uitvoeren.

Praktijk 4 :

Step 1 en Step 2

Diverse traptechnieken, zoals ap-, pykyo, yop en dollyo-chagi op het kussen

Step gecombineerd met traptechnieken op het kussen

4. Theorie :

Alle theorie van wit-geel, plus onderstaande nieuwe woorden

Tellen tot tien : Hana, Doel, Set, Net, Daseot, Yeoseot, Ielgop, Yeoldoel, Ahop, Yeol

Chagi : Trappen

Ap-chagi : voorwaartse trap

Yop-chagi : zijwaartse trap

Pickyo-chagi : 45* trap (tussen ap en dollyo in)

Dollyo-chagi : voorwaartse cirkeltrap

Jireugi : stoten

Chariot = Beginstand

Kyonnee = groeten