



Es werden jeweils nur die für den jeweiligen Kup zusätzlich neuen Techniken aufgeführt. Natürlich wird erwartet, dass das Wissen und Vermögen der vorangegangenen Prüfungen ebenfalls in der nächsten Prüfung gezeigt werden kann. Eine vollständige Übersicht findest du auf der Internetseite <https://taekwondo-hemer.de> unter -> Prüfungsprogramm. (Registration erforderlich !)



Blau-Rot (3. Kup)

FUSSTECHNIKEN

Koreanische Bezeichnung	Deutsche Umschreibung
Apchuk - Naeryeo Chagi	Tritt mit der Fußballen nach unten von innen nach außen geführt
Apchuk - An Naeryeo Chagi	Tritt mit der Fußballen nach unten von außen nach innen geführt
Ttwimyeo - Dollyeo Chagi	Gesprungener Halbkreisförmiger Schnaptritt
Bandae - Dollyeo Chagi	Eingedrehter Fersenschlag mit gestrecktem Bein
Dyt - Chagi	Eseltritt
[Bakkuro -] Golcho - Chagi	Beinschwung von innen nach außen
Noowo - Dollyeo - Chagi	Halbkreisförmiger Fußtritt
Noowo - Naeryeo - Chagi	Abwärtsgerichteter Tritt mit der Hacke

Überprüft am / von

EINSCHRITTKAMPE

Bezeichnung / Beschreibung
San - Yeop Chagi
San - Dollyeo Chagi
San - Yeok Sudo Taerigi
San - Naeryeo Chagi
San - Ttwimyeo Ap Chagi
San - Sudo Taerigi
San - Rigwon Taerigi

Überprüft am / von

FORMEN

Bezeichnung / Beschreibung
Jung - Geun

Überprüft am / von

FALLSCHULE

Bezeichnung / Beschreibung
Abrollen nach vorne über die Schulter

Überprüft am / von

Es werden jeweils nur die für den jeweiligen Kup zusätzlich neuen Techniken aufgeführt. Natürlich wird erwartet, dass das Wissen und Vermögen der vorangegangenen Prüfungen ebenfalls in der nächsten Prüfung gezeigt werden kann. Eine vollständige Übersicht findest du auf der Internetseite <https://taekwondo-hemer.de> unter -> Prüfungsprogramm. (Registration erforderlich !)



Blau-Rot (3. Kup)

(Drucktechnisch bedingt ist diese Seite leer.)