



TAEKWONDO VERENIGING GARUDA WAALWIJK

6^e GEUP EXAMEN GROENE BAND

Postadres; Roerdomphof 19, 5103 KA Dongen **Girorekening;** NL89INGB0000547147
Telefoon; 0625 377 352 **Site;** www.tvgaruda.nl **Email;** bestuur@tvgaruda.nl

6^e Geup examen groene band (ook alle voorgaande exameneisen)

Praktijk 1

Stijlfiguren

Verplicht:
Eigen keuze:
Examencommissie:

Alle voorgaande Poomsae Taegeuks 1 t/m 3 kennen
4 Taegeuk Sa - Jang (20 technieken)
Uit Taegeuk 1 t/m 3
Kiest uit Taegeuk 1 t/m 3 één stijlfiguur

Praktijk 2

Stapsparring

Verplicht:

Sambo Taeryon 1 t/m 5 = 5 driestapsparingen (vaste vormen)
Ibo Taeryon 1 t/m 10 = 10 tweestapsparingen (vaste vormen)

Praktijk 3

Hosinsul = zelfverdediging Geen

Praktijk 4

Gyeo – Rugi

Wedstrijdsparring ,volledige bescherming.

Praktijk 5

Gye Pa

Breektest

Voorwaarden hout

Dikte hout 18 mm (voor de jeugdgroep volstaat 12 mm)
Houtsoort Vuren
Afmeting 25 x 25 cm minimaal, 30 x 30 cm maximaal

Verplicht:

Ap Chagi Voorwaartse trap met de bal van de voet

Theorie

Schriftelijk theorie-examen bestaande uit **10** vragen in meerkeuzevorm.

Kort Koreaans;

1. **Ilbo Taeryon**
2. **Ibo Taeryon**
3. **Hosinsul**
4. **Koobi**
5. **Mooreup**

Eén - stapsparring
Twee - stapsparring
Zelfverdedigingstechnieken
Gewricht
Knie

Telwoorden;

Koreaans

Hana = 1	Yosot = 6
Tul = 2	Ilgop = 7
Set = 3	Yodol = 8
Net = 4	Ahop = 9
Tasot = 5	Yul = 10

Chinees

Il = 1	Yuk = 6
I = 2	Chil = 7
Sam = 3	Pal = 8
Sa = 4	Ku = 9
O = 5	Sip = 10

Examentechnieken

De volgende technieken zullen ook worden bekeken door de examinatoren op de juiste uitvoering.

1. **Sonnal Eolgool Chigi** Slag naar hals / nek
2. **Hansonnal Momtong Makki** Afweer midden met mes hand (pinkzijde)
3. **Naeryo Chagi** Neerwaartse trap