

6.DAN. - SORT BÆLTE

HÅNDTEKNIK

| Side i DTaF's officielle grundteknikbog | Koreansk | Dansk |
|---|---------------------------------|---|
| 73-22 | Nalgae pyogi | Spredte vinger |
| 82-2 | Bam-jumeok sosum jireugi | Kastanje-næve slag mod hals |
| | Hwidullo makki | "Skubbe væk" |
| | Hwidullo jabadangkigi | "Fange og skubbe væk" |
| 83-9 | Keumgang yeop jireugi | Diamant knytnæveslag til siden |
| 72-20 | Taesang milgi | Skubber et stort bjerg |
| 71-9 | Sonnal oesanteul makki | En hånds bjerg blokering med knivhånd |
| 62-27 | An-palmok momtong biteuro makki | Vride blokering med inderside af underarm |

DIVERSE

| |
|---|
| Krav om tidsinterval: Se Lovmappen afsnit 8 § 3 stk. 2 |
| Krav om gennemførte kurser inden 6.DAN gradueringen: Minimum "TRÆNER 1" uddannelsen |
| Han bon kireugi (Et skridts kamp) 19 stk. |
| Sam bon kireugi (Tre skridts kamp) - udtales "sah" bon kireugi 17 stk. |
| Kireugi - 3x3 min. med beskyttelsesudstyr, kamp mod flere modstandere |
| Gennembrydning: 3 brædder i luften. Spark eller slag, dog min. 2 spark |
| Poomse Jitae |

TEORI

| |
|---|
| Skriftlig teoriprøve med baggrund i Poomse, historie, fysiologi m.m. Skriftlig afhandling om Taekwondo-relateret emne. |
|---|