



Tae Kwon Do

Budokan Jin-Hwa



Prüfungsinhalte für den 6. Kup – Grüngurt

Theorie:	Grundwissen des Kampfsports Tradition des TaeKwonDo (<i>korea. Begriffe</i>)
Formenlauf:	Tan-Gun Hyong To-San Hyong Won-Hyo Hyong
Ein-Schritt-Techniken:	3x Hand-Techniken 5x Fußtechniken 2x Kombination aus 2-3 Fußtechniken
Grundtechniken:	Stände Fußtechniken Handtechniken Blöcke
Pratzentraining:	individuelle Techniken (<i>vom Prüfer bestimmt</i>)
Freikampf (SK):	1 Min. ein Gegner
Selbstverteidigung:	3 Techniken (<i>ggf. Fallschule</i>)
Bruchtest:	-entfällt- (<i>ggf. Fußtechnik auf Brett</i>)
Sonstiges:	Teilnahme an einem Turnier

Hinweis:

- Die Prüfungen folgen den oben genannten Richtlinien des IBDFs und dem Budokan Jin-Hwa. Die Prüfung dient dazu den aktuellen Leistungsstand aufzuzeigen. Daher steht es den Prüfern frei auch andere „Formen“, Techniken oder „Disziplinen“ abzuverlangen.
- Körperliche Einschränkungen oder Erkrankungen jeglicher Art stellen formal kein Hindernis für die Prüfungen dar. Der Prüfer hat im Einzelfall die Prüfung zu verweigern, wenn die Teilnahme an der Prüfung zu einem offensichtlichen gesundheitlichen Risiko für den zu Prüfenden führen würde.