

KARTA EGZAMINACYJNA NA STOPNIE UCZNIOWSKIE

NAZWISKO I IMIĘ.....DATA URODZENIA.....

ADRES ZAMIESZKANIA.....DATA OSTATNIEGO EGZAMINU.....

POSIADANY STOPIEŃ.....CUP

ZDAJĘ NA **1** CUP.



UKŁADY I TECHNIKI RĘCZNE

od Chon-Ji do Toi-Gye	5		Annun So Bakat Palmok Kaunde Ap Makgi	1	
Hwa-Rang	5		Annun So Dung Joomuk Nopunde Yop Taerigi	1	
Choong-Moo	3		Niunja So Bakat Palmok Najunde Makgi	1	
Suma punktów	13		Niunja So Kyocha Sonkal Kaunde Yop Makgi	1	
			Gunnun So Sonkaldung Nopunde Ap Taerigi	1	
			Gunnun So Doo Sonbadak Olylo Makgi	1	
			Suma punktów	6	

TECHNIKI NOŻNE

Tora Yop Chagi z zatrzymaniem + Dollyo podwójne	1	
Tora Goro Chagi + Dollyo Chagi	1	
Mikulmyo Goro + Yop Chagi	1	
Mikulmyo Naeryo Chagi + Yop Chagi	1	
Mikulmyo Yop + Dollyo Chagi	1	
Twimyo Dollyo podwójne	1	
Twimyo Yop podwójne	1	
Twimyo Yop z zatrzymaniem	2	
Twimyo Dollyo z zatrzymaniem	2	
I-Jung Chagi - kopnięcie podwójne zadane przez egzaminatora	1	
Samjung Chagi - kopnięcie potrójne zadane przez egzaminatora	1	
Yonsok Chagi - dwa (lub więcej) różne kopnięcia wykonane tą samą nogą w formie ciągłej (bez opuszczania nogi do podłogi)	1	
Sambang - w trzech kierunkach	1	
Mobum Matsogi - walka, która pokazuje poziom techniczny zdającego. Atakujący wykonuje wcześniej ustalony atak (jeden), a broniący korzystając ze swoich umiejętności wykonuje obronę i wielokrotny kontratak	1	
Suma punktów	16	

WALKA I SAMOOBRONA

Walka wolna z kilkoma przeciwnikami	1	
W parterze, przed nożem itp., w ruchu po 2 el.	3	
Podstawowe rzuty 3 elementy	3	
Pady i przewroty (w przód i tył)	2	
Walka tradycyjna w ciągłym ruchu, min. 15 elementów	3	
Suma punktów	12	

ROZBICIA

Twimyo Nopi Apcha Busigi	1 deska	2	
Twimyo Nomo Yop Chagi	1 deska	2	
Twimyo Goro Chagi (360°)	1 deska	2	
Tora Yop Chagi	2 deski	2	
Twimyo Tora Yop Chagi (180°)	1 deska	2	
Sonkal Yop Taerigi (kobiety)	2 deski	2	
Dung Joomuk + Sonkal Anuro + Ap Joomuk (mężczyźni)	4 deski		
Bandae Dollyo Chagi	1 deska	2	
Twimyo Ap Chagi	2 deski	2	
Suma punktów		16	

Teoria | 4 |

Max – 67p. Zalicza 54p. (80%)	Uwagi:
Ilość uzyskanych punktów:	