



## KARTA EGZAMINACYJNA NA II DAN



NAZWISKO I IMIĘ.....

### UKŁADY TUL

Wybrany układ – od Chon-Ji do Choong-Moo	5		Wybrany układ – od Chon-Ji do Choong-Moo	5	
Wybrany układ – od Chon-Ji do Choong-Moo	5		<b>Kwang-Gae</b>	<b>5</b>	
Wybrany układ – od Chon-Ji do Choong-Moo	5		<b>Po-Eun</b>	<b>5</b>	
Wybrany układ – od Chon-Ji do Choong-Moo	5		<b>Ge-Baek</b>	<b>5</b>	
			<b>Suma punktów</b>	<b>40</b>	

### TECHNIKI NOŻNE

Samjung chagi – zadane przez egzaminatora min – 4 techniki	3	
Mikulmyo samjung chagi – zadane przez egzaminatora min – 4 techniki	3	
Twio dolmyo – zadane przez egzaminatora min – 4 techniki	3	
Twimyo i-juch chagi – zadane przez egzaminatora min – 4 techniki	3	
<b>Suma punktów</b>		<b>12</b>

### WALKA I SAMOOBRONA

Sambo Matogi – 3 element	3	
Ibo Matogi – 7 elementy	3	
Ilbo Matogi – 10 elementów	3	
Walka wolna z kilkoma przeciwnikami	1	
Hosin-sul – samoobrona min. 10 elementów	5	
Uwolnienia z uchwytów zadanych przez egzaminatora	5	
Obrona przed atakami zadanymi przez egzaminatora	5	
Walka tradycyjna w ciągłym ruchu, min. 20 elementów	3	
<b>Suma punktów</b>		<b>28</b>

### ROZBICIA

Twimyo Nopi Apcha Busigi – wyciągnięta ręka	1 deska	2	
Twimyo Nomo Yop Chagi - 8 osób mężczyźni	1 deska	2	
Twimyo Nomo Yop Chagi - 7 osób kobiety			
Twimyo Dolly Chagi – wysokość głowy	1 deska	2	
Twimyo Goro Chagi (360°)	1 deska	2	
Twimyo Ap Chagi	2 deski	2	
Twimyo Bando Dollyo Chagi – wysokość głowy	1 deski	2	
Tora Yop Chagi	2 deski	2	
Twimyo Tora Yop Chagi	2 deska	2	
Dung Joomuk (mężczyźni)	1 deska	2	
Sonkal Anuro + Ap Joomuk (mężczyźni)	4 deski	2	
Sonkal Yop Taerigi (kobiety)	2 deski	2	
<b>Suma punktów</b>		<b>20</b>	

### TEORIA

Wiedza o Taekwondo	2	
Teoria Taekwondo	2	
Nomenklatura	2	
<b>Suma punktów</b>		<b>6</b>

Max 106 p. zali. p.84  
ILOŚĆ UZYSKANYCH PUNKTÓW:  
Zalicza 80 %

Uwagi: