



Simjang-Ilyeo

Hvidovre Taekwondo klub

Teoriprøve 2 for nybegyndere

A	Momtong jireugi	1	Knyttet hånd	A +
B	Jumeok	2	(Taekwondo) træningsal	B +
C	Baldeung dollyo chagi	3	Udadgående blokering i midtersektion	C +
D	Son	4	Hestestand	D +
E	Toga-nim	5	Slag (modsat arm/ben)	E +
F	Do-jang	6	Taekwondo dragt	F +
G	Eolgul	7	Knivhånd	G +
H	Baro jireugi	8	Udadgående slag med knivhånd	H +
I	Net	9	Adskille blokering i lav sektion	I +
J	Sonnal eolgul bakat chigi	10	Slag i midter sektion	J +
K	Keuman	11	Høj sektion	K +
L	Chagi	12	Spark	L +
M	Momtong bakat makki	13	Hånd	M +
N	Sonnal	14	Underside af hæl	N +
O	Do-bok	15	Indadgående spark (Strakt)	O +
P	Dwichook	16	Stop og indtag startposition	P +
Q	Arae hecho makki	17	Kort stand	Q +
R	Ap seogi	18	Cirkelspark, hvor der rammes med vristen	R +
S	Jochoom seogi	19	Fire (4)	S +
T	An chagi	20	Træner under 1. dan	T +