



Simjang-Ilyeo

Hvidovre Taekwondo klub

Teoriprøve 2 for op til 1. dan

A	Balbadak	1	Hvil / slap af	A +
B	Dan gyo teok jireugi	2	Start / begynd	B +
C	Keun dolcheogi	3	Fortsæt	C +
D	Agwison	4	Opadgående	D +
E	Batangson momtong nulleo makki	5	Tranestand	E +
F	Olryeo	6	Tigerstand	F +
G	Keumgang makki	7	Tramp / stamp / pulverisere	G +
H	Gomson	8	Fodsål	H +
I	Shijak	9	Krop	I +
J	Dwit koa seogi	10	Dækket næve stand	J +
K	Zuu	11	Diamant blokering	K +
L	Beom seogi	12	Yderside af underarm	L +
M	Gyesok	13	Tre skridts kamp	M +
N	Bakat palmok	14	Kastanjenæve	N +
O	Haktari seogi	15	Bjørnenæve	O +
P	Jijigki	16	Nedadgående blokering med håndrod	P +
Q	Mom	17	Rundingen mellem tommel- og pegefinger	Q +
R	Sam bon kireugi	18	Stort hængsel	R +
S	Bo jumeok joonbi seogi	19	Støttestand (baglæns krydsstand)	S +
T	Bam jumeok	20	Træk med en hånd og udfør slag med den anden hånd mod hagen	T +