

Prüfungsprogramm 7.Kup

Grundtechniken

Stände: Ap-sogi (Hoher Stand)
Ap-gubi (Tiefer Stand)

Blöcke: Area-maggi
Monton-an-maggi
Olgul-maggi

Schläge: Monton-chiruggi (Faußtstoß zur Mitte)

Tritte: Ap-chaggi, Twiu-Ap-Chagi

Ilbo-taeryon

Zur Mitte:

1. Seitliche raus + Konter
2. Monton-an-maggi + Konter

Zum Kopf:

1. Seitliche raus + Konter
2. Olgul-maggi + Konter

Dabei ist insbesondere auf die Einhaltung der korrekten Stände wie auch Endposition (Goduro-maggi - Dwid-Gubi) zu achten !!!