



Exameneisen 1<sup>ste</sup> geup (rode band met zwarte slip)

Theorie: 10 meerkeuze vragen

Standen :  
ab seogi  
ab koobi  
dwit koobi  
juchoom seogi  
koa seogi  
haktari seogi  
Boem seogi  
Oen seogi en oreun seogi

Basis handtechnieken: zoals 9<sup>de</sup> t/m 2<sup>de</sup> geup +  
santeul makki  
oe – santeul makki

Basis traptechnieken: zoals 9<sup>de</sup> t/m 2<sup>de</sup> geup +  
Doobeon twio chagi

Poomse:  
taegeuk Il-Jang  
taegeuk I-jang  
taegeuk sam- jang  
taegeuk sa- jang  
taegeuk O- jang  
taegeuk yuk-jang  
teageuk chil-jang

Ilbo Taeryon:  
( 1 steps) ilbo taeryon hosinsul 10 stuks

Hosinsul:  
verwuring voorwaarts 5 stuks  
verwuring zijwaarts 5stuks  
verwuringen achterwaarts 5stuks  
grondverwuringen 5 stuks  
Rever en dobok 5 stuks  
Romp vast 5 stuks  
Haren vast 5 stuks  
Hosinsul stok 10 stuks  
Hosinsul mes 10 stuks

Kussen trappen(flapjes):basistraptechnieken

(ban)Chayu Taeryon: 3X 1,5min (met hogo aan)  
(vrij sparren)

Kyokpa  
(breektest) handtechniek: deung joomeok ap chigi  
voettechniek: twio yeop chagi