

Laatste update:

04-03-2015

Tae Kwon Do

Exameneisen

Thanigul Gym
Sportschool Kwikkers

Kub/kyugraad	9	8	7	6	5	4	3	2	1		
bandkleur	Geel	Oranje	Groen	Blw slip	Blauw	Br slip	Bruin	1° zw slip	2° zw slip	1 ^E DAN	
POOMSAE	ILYANG	I	SAM	SA	O	YUK	CHIL	PAL	KORYO	KORYO	
4 HOEK	1X	-	-	-	-	-	-	-	-	Zelf verzinnen	
HAND	3	5	7	9	11	13	15	17	19	21	
BEEN	3	5	7	9	11	13	15	17	19	21	
2 STAPS	-	-	-	-	1	3	5	7	9	11	
3 STAPS	-	-	-	-	-	1	3	5	7	9	
TECHNIEKEN	3	3	5	5	5	5	7	7	9	10	
SPARREN	3	3	5	5	7	7	8	8	9	10 (geen rust + 3x2)	
BREKEN	-	-	1 Geel	2 Geel	2 Blw/rood	2 Blw/rood	2 Hout	2 Hout	2 Hout	3-5 hout	
MES	-	-	-	-	-	-	-	-	-	3	
STOK	-	-	-	-	-	-	-	-	-	3	
VERWURGING	-	-	-	-	-	-	-	-	-	3	
OMKLEMMING	-	-	-	-	-	-	-	-	-	3	
WAPEN (kata+ippon)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	BO	
PUNTEN +5 GEDRAG	35	35	45	50	60	70	75	80	85	115	