

**17.5 1<sup>ste</sup> DAN / POOM**

**Praktijk 1**

'A' = Taegeuk 8.

'B' = Eén Taegeuk naar eigen keuze van 4 t/m 7.

'C' = Eén Taegeuk naar keus van de E.C. van 1 t/m 7.

**Praktijk 2**

ILBO TAERYON 15 stuks met gebruikmaking van onder andere gesprongen voet- of handtechnieken c.q. combinaties daarvan. Aanval begint vanuit een links voorwaartse lange stand met een rechtse vuiststoot komende in een rechts voorwaartse lange stand.

**Praktijk 3**

HONSINSUL 12 stuks verdedigingstechnieken tegen vasthouden beetpakken en klemmen naar eigen inzicht uitgevoerd met de eigen partner die als aanvaller fungeert.

**Praktijk 4**

GYEO-RUGI eenmaal 1½ minuut volgens het wedstrijdreglement (met volledige bescherming).

**Praktijk 5**

GYEK PA drie stuks uit de A-categorie, twee naar eigen inzicht (waarvan minstens één voet techniek) en één op aanwijzing van examencommissie. De kandidaat geeft bij de examencommissie aan welke twee technieken hij / zij gaat uitvoeren. De examencommissie vult dit aan met een verplichte techniek. De examencommissie heeft de keuze uit de volgende technieken

- Yop-chagi
- Dollyo-chagi
- Dwit-chagi

De kandidaat voert eerste de door de examencommissie aangewezen verplichte techniek uit, met het achterste been vanuit een dwit-koobi seogi of ap-koobi seogi stand, gevolgd door de twee eigen gekozen technieken

**Theorie**

Benamingen van de in het Geup programma genoemde stijlvormen en gebruikte technieken plus standen tot en met de 8<sup>ste</sup> stijlvorm. (In principe bestaat het theorie-examen uit vijftien schriftelijke vragen in meerkeuze systeem.)

