



Taekwondo vereniging Garuda Waalwijk Geup exameneisen

Jeugd 10^e Geup examen 1^e gele slip
LET OP! Dit is alléén voor de jeugdgroep)

Praktijk 1	Stijlfiguur
Verplicht	Eerste 6 technieken Taegeuk IL-Jang (6 technieken) <u>op startcommando.</u>

Praktijk 2	Technieken uit IL - Jang op commando. (Ap-Chagi, Momtong-Jireugi, Arae-Makki, Momtong-Makki, Eolgool-Makki)
-------------------	---

Praktijk 3	Ban Chayu Taeryeon Diverse trap/stoot technieken op 1 stootkussen
-------------------	---

Praktijk 4	Gyeo - Rugi Non-contact wedstrijdsparring.
-------------------	--

Theorie	Mondeling theorie-examen bestaande uit 5 vragen in meerkeuzevorm.
----------------	--

Kort Koreaans	
1. Taekwondo	Tae (voet), Kwon (hand), Do (kunst/weg/manier). De kunst/ weg/ manier van de voet en de hand.
2. Tobok	Witte pak waarin we trainen. Alleen Dandragers mogen een zwarte kraag dragen.
3. Ti	Band/ gordel, de kleur geeft de graduatie aan. De volgorde is: Wit, Wit - geel, Geel, Geel - groen, Groen, Groen - blauw, Blauw, Blauw - rood, Rood, Rood - zwart. Dan graden 1 t/m 10
4. Dojang	Ruimte waarin we trainen.

Commando's	
1. Charyeot	In de houding staan (voeten gesloten tegen elkaar, armen langs het lichaam, beide vuisten dicht, tegen dijbeen met de knokkels naar voren) Groeten/ buigen Kreet/ schreeuw bij krachtconcentratie Dank u wel voor het lesgeven! (Uitgesproken door leerling bij af groeten) Graag gedaan! (Uitgesproken door Dan dragers bij het af groeten)
2. Gyeong-Rye	
3. Junbi	
4. Kiap	
5. Kam Sa Ham Ni Da	
6. Chamanayo	

Telwoorden	Koreaans	Uitspraak	Nederlands
	Hana	Hanaa	= 1
	Tul	Toel	= 2
	Set	Zet	= 3