

דרשות למבחן חגורות בטאקוונדו חגורה

חגורה ירוקה קיוף 7
חגורה כחולה קיוף 6

<p>וואן – שמאל, אורון– ימין, ג'מוק - אגרוף, ז'ירוג - תקיפה באגרוף סול - יד, ג'פיבום - פיתול, מוק -צוואר.</p>	
<p>פלמוק - אמה, פלקופ -מרפק, צ'גי - התקפה, מאקי - הגנה, טימיו- קפיצה, קיוקפה- שבירת קרש.</p>	<p align="center">מושגים כללי</p>
<p>בל דונג (Bal dung)- גב כף הרגל, בל נאל (Bal nal)- להב כף הרגל.</p>	
<p>דויצ'וק (dvichuk)- עקב הרגל, באל (bal)- כף רגל</p>	
<p>אנ סונאל מונטונג באקאת מאקי - חסימה עם היד הפתוחה כלפי חוץ ויד שנייה סגורה לאגרוף באזור המותן.</p>	<p align="center">הגנות קיוף 7</p>
<p>סונאל מונטונג באקאת מאקי - הגנה עם האמה כאשר היד השניים צמודה למפתח הלב.</p>	
<p>ג'פיבום מוקצ'יגי - יד אחת מגינה על הראש ויד שנייה התקפת סכין לצוואר עם פיתול הגוף.</p>	<p align="center">הגנות קיוף 6</p>
<p>באקאת פלמוק מומטונג באקאת מאקי - הגנה באגרוף סגור לאמצע עם הצד החיצוני של האמה.</p>	
<p>סונאל מוק צ'יגי - התקפה לצוואר.</p>	<p align="center">התקפות קיוף 7</p>
<p>באטנסון פיון סונקוט סויאו ג'ירוגי - הגנה עם שורש כף היד, חדירת סכין לגוף.</p>	<p align="center">התקפות קיוף 6</p>
<p>דון ג'מוק אוליגול אפצ'יגי- הצלפה לפנים עם גב האגרוף.</p>	
<p>דיוט קובי - עמידת הגנה 70% מהמשקל על רגל אחורית.</p>	<p align="center">עמידות קיוף 7</p>
<p>דובון- שתי בעיטות כפולות לגוף.</p>	
<p>טימיו אף צ'אגי - בעיטת מספרת.</p>	
<p>ספין קיק - מגל בסיבוב.</p>	<p align="center">בעיטות כללי</p>
<p>סבון - שלוש בעיטות כפולות לגוף.</p>	
<p>טימיו יופ צ'אגי - בעיטת מידית בקפיצה.</p>	
<p>טאגוק סמ דג'אן פומסה 3</p>	<p align="center">פומסה קיוף 7</p>
<p>טאגוק סא דג'אן פומסה 4 .</p>	<p align="center">קיוף 6</p>
<p>קיוף 7 - 3 טכניקות, קיוף 6 - 5 טכניקות.</p>	<p align="center">הגנה עצמית</p>
<p>קרב מלא עם מגנים.</p>	<p align="center">קרבות כללי</p>
<p>קיוף 6.</p>	<p align="center">שבירת קרש</p>