



PRÜFUNGSKARTE

6. Kup – Weißgurt roter Streifen			
Name: <input style="width: 90%;" type="text"/>	Datum: <input style="width: 90%;" type="text"/>	Prüfer: <input style="width: 90%;" type="text"/>	
	Beisitzer 1: <input style="width: 90%;" type="text"/>	Beisitzer 2: <input style="width: 90%;" type="text"/>	

TEIL 1: GRUNDTECHNIKEN

Fallschule		Punkte:							
- Rolle vorwärts	rechts / links / Kampfstellung	<table border="1" style="display: inline-table; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 20px; text-align: center;">0</td> <td style="width: 20px; text-align: center;">1</td> <td style="width: 20px; text-align: center;">2</td> <td style="width: 20px; text-align: center;">3</td> <td style="width: 20px; text-align: center;">4</td> <td style="width: 20px; text-align: center;">5</td> <td style="width: 20px; text-align: center;">6</td> </tr> </table>	0	1	2	3	4	5	6
0	1	2	3	4	5	6			
- Rolle rückwärts	rechts / links / Kampfstellung								

Grundstellungen		Punkte:							
- Jeongul Seogi, Hugul Seogi,	vorwärts / rückwärts	<table border="1" style="display: inline-table; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 20px; text-align: center;">0</td> <td style="width: 20px; text-align: center;">1</td> <td style="width: 20px; text-align: center;">2</td> <td style="width: 20px; text-align: center;">3</td> <td style="width: 20px; text-align: center;">4</td> <td style="width: 20px; text-align: center;">5</td> <td style="width: 20px; text-align: center;">6</td> </tr> </table>	0	1	2	3	4	5	6
0	1	2	3	4	5	6			
Kima Seogi	Alle Stellungen mit Blocktechnik								

Bewegungsformen		Punkte:							
- Jibon Yonsup Pumsae	Vier-Seiten-Grundschiule rechts / links	<table border="1" style="display: inline-table; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 20px; text-align: center;">0</td> <td style="width: 20px; text-align: center;">1</td> <td style="width: 20px; text-align: center;">2</td> <td style="width: 20px; text-align: center;">3</td> <td style="width: 20px; text-align: center;">4</td> <td style="width: 20px; text-align: center;">5</td> <td style="width: 20px; text-align: center;">6</td> </tr> </table>	0	1	2	3	4	5	6
0	1	2	3	4	5	6			

Blöcke		Punkte:							
- Hadan Makki	Block unten mit Unterarmaußenseite	<table border="1" style="display: inline-table; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 20px; text-align: center;">0</td> <td style="width: 20px; text-align: center;">1</td> <td style="width: 20px; text-align: center;">2</td> <td style="width: 20px; text-align: center;">3</td> <td style="width: 20px; text-align: center;">4</td> <td style="width: 20px; text-align: center;">5</td> <td style="width: 20px; text-align: center;">6</td> </tr> </table>	0	1	2	3	4	5	6
0	1	2	3	4	5	6			

Fauststöße		Punkte:							
- Kwon Chirogi	Fauststoß	<table border="1" style="display: inline-table; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 20px; text-align: center;">0</td> <td style="width: 20px; text-align: center;">1</td> <td style="width: 20px; text-align: center;">2</td> <td style="width: 20px; text-align: center;">3</td> <td style="width: 20px; text-align: center;">4</td> <td style="width: 20px; text-align: center;">5</td> <td style="width: 20px; text-align: center;">6</td> </tr> </table>	0	1	2	3	4	5	6
0	1	2	3	4	5	6			
(Hadan, Jungdan, Sangdan)	(unten, mittig, oben) je 10x								

Stiche		Punkte:							
-	-	<table border="1" style="display: inline-table; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 20px; text-align: center;">0</td> <td style="width: 20px; text-align: center;">1</td> <td style="width: 20px; text-align: center;">2</td> <td style="width: 20px; text-align: center;">3</td> <td style="width: 20px; text-align: center;">4</td> <td style="width: 20px; text-align: center;">5</td> <td style="width: 20px; text-align: center;">6</td> </tr> </table>	0	1	2	3	4	5	6
0	1	2	3	4	5	6			

Schläge		Punkte:							
-	-	<table border="1" style="display: inline-table; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 20px; text-align: center;">0</td> <td style="width: 20px; text-align: center;">1</td> <td style="width: 20px; text-align: center;">2</td> <td style="width: 20px; text-align: center;">3</td> <td style="width: 20px; text-align: center;">4</td> <td style="width: 20px; text-align: center;">5</td> <td style="width: 20px; text-align: center;">6</td> </tr> </table>	0	1	2	3	4	5	6
0	1	2	3	4	5	6			

Block-Schlag-Fauststoß-Kombinationen		Punkte:							
-	-	<table border="1" style="display: inline-table; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 20px; text-align: center;">0</td> <td style="width: 20px; text-align: center;">1</td> <td style="width: 20px; text-align: center;">2</td> <td style="width: 20px; text-align: center;">3</td> <td style="width: 20px; text-align: center;">4</td> <td style="width: 20px; text-align: center;">5</td> <td style="width: 20px; text-align: center;">6</td> </tr> </table>	0	1	2	3	4	5	6
0	1	2	3	4	5	6			

Fußtritte, einfach		Punkte:							
- Ap-Chagi	Schnapptritt nach vorne	<table border="1" style="display: inline-table; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 20px; text-align: center;">0</td> <td style="width: 20px; text-align: center;">1</td> <td style="width: 20px; text-align: center;">2</td> <td style="width: 20px; text-align: center;">3</td> <td style="width: 20px; text-align: center;">4</td> <td style="width: 20px; text-align: center;">5</td> <td style="width: 20px; text-align: center;">6</td> </tr> </table>	0	1	2	3	4	5	6
0	1	2	3	4	5	6			
- Ap-Cha Oligi	Gerader Fußtritt								
(Sangdan)	(oben)								
- Yeop-Chagi	Seitwärttritt								

Fußtritte, spezial		Punkte:							
-	-	<table border="1" style="display: inline-table; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 20px; text-align: center;">0</td> <td style="width: 20px; text-align: center;">1</td> <td style="width: 20px; text-align: center;">2</td> <td style="width: 20px; text-align: center;">3</td> <td style="width: 20px; text-align: center;">4</td> <td style="width: 20px; text-align: center;">5</td> <td style="width: 20px; text-align: center;">6</td> </tr> </table>	0	1	2	3	4	5	6
0	1	2	3	4	5	6			

Erreichte Punkte 1:



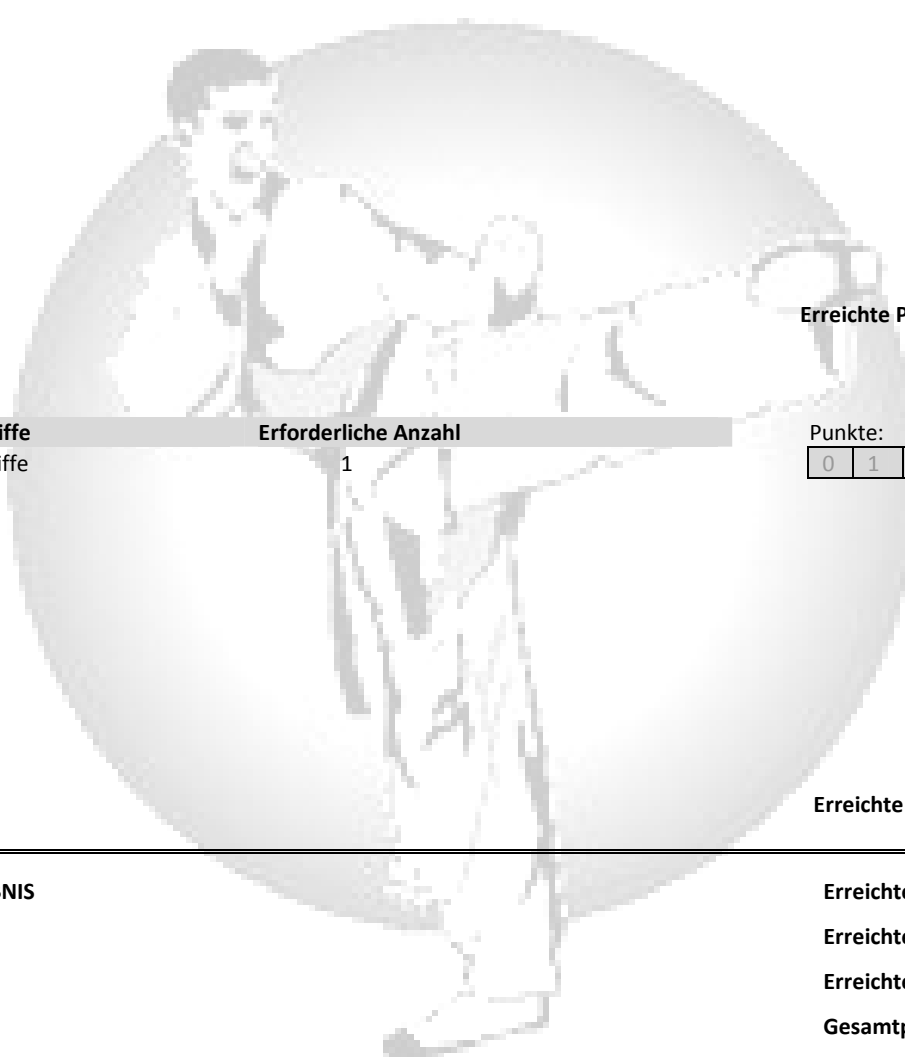
TKD-Selbstverteidigung

TEIL 2: SELBSTVERTEIDIGUNG

Art der Selbstverteidigung	Mindestanzahl SV-Techniken
- Handbefreiung	2
- Unterarmbefreiung	1
- Würgeabwehr vorn, seitlich, hinten	2
- Faustabwehr	2
- Fußabwehr	1

Punkte:

0	1	2	3	4	5	6
0	1	2	3	4	5	6
0	1	2	3	4	5	6
0	1	2	3	4	5	6
0	1	2	3	4	5	6



Erreichte Punkte 2:

TEIL 3: THEORIE

Koreanische Begriffe	Erforderliche Anzahl
- Allgemeine Begriffe	1

Punkte:

0	1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---	---

Erreichte Punkte 3:

PRÜFUNGSERGEBNIS

Erreichte Punkte 1:

Erreichte Punkte 2:

Erreichte Punkte 3:

Gesamtpunktzahl:

Prüfung bestanden:

Datum

Unterschrift Prüfer

Prüfung bestanden: 36 – 72 Punkte

Prüfung nicht bestanden: 0 – 35 Punkte