

8e Kup (GEEL)

Theorie

Koreaans	Nederlands
Dwiro Dora	Draaien
Dojang	Trainingszaal
Dobok	Taekwondopak
Tie	Gordel
An	Van buiten naar binnen (binnenwaarts)
Bakat	Van binnen naar buiten (buitenwaarts)

Techniek

- You chagi
- Dwit chagi
- Naeryo chagi
- Juchum seogi
- Pyonhi seogi
- Olgul chireugi

Hanbon kyorugi (eenstapshandtechnieken > olgul)

Van 5 t.e.m. 10



Poomsae: taegeuk I Jang (2)

