

# 3 GUP



NAMN:

PERSONNUMMER:

MAX: 250 POÄNG

GODKÄNT: 163 POÄNG

Knyta sitt bälte	NEJ				JA
Taekwondo eden	1	2	3	4	5

/10

## Förflyttningar

Steg fram/bak	1	2	3	4	5
Skip fram/bak	1	2	3	4	5
Shift på stället	1	2	3	4	5
Tornadosteg	1	2	3	4	5
Sidoförflyttning	1	2	3	4	5

/25

## Chagi

Pitchagi B/F	1	2	3	4	5
Dollyochagi B/F	1	2	3	4	5
Naeryochagi B/F	1	2	3	4	5
Dwio Dwitchagi	1	2	3	4	5
Yeopchagi B/F	1	2	3	4	5
Anchagi	1	2	3	4	5
Bakkatchagi B/F	1	2	3	4	5
Horyochagi F	1	2	3	4	5
Sax Pitchagi B/F	1	2	3	4	5
360 Pitchagi	1	2	3	4	5
360 Pitchagi x3	1	2	3	4	5
360 Dollyochagi	1	2	3	4	5
360 Dollyochagi x3	1	2	3	4	5

(på stället & instegande)

(på stället & instegande)

### Horyo/Dollyo

Yeopchagi/Dollyo 1 2 3 4 5

Pande Dollyochagi 1 2 3 4 5

Dwio Pande 1 2 3 4 5

Instegande Pande 1 2 3 4 5 (samt med tornadosteg)

/90

### Jireugi

Arae 1 2 3 4 5

Momtong 1 2 3 4 5

Olgul 1 2 3 4 5

/15

### Makki

Arae 1 2 3 4 5

Momtong 1 2 3 4 5

Olgul 1 2 3 4 5

Batangson 1 2 3 4 5

Sonnal 1 2 3 4 5

Hanssonal 1 2 3 4 5

/30

### Ställningar

Moa Seogi 1 2 3 4 5

Ap Seogi 1 2 3 4 5

Apkobi Seogi 1 2 3 4 5

Charyot Seogi 1 2 3 4 5

Joochom Seogi 1 2 3 4 5

Dwitkoobi Seogi 1 2 3 4 5

/30

### Terminologi

Charyot Y/N Kaleyo Y/N

Kjung ne Y/N Keuman Y/N

Schombi Y/N Sijak Y/N

Kyorugi chombi Y/N Dobok Y/N

Parobako (Shifta ben) Y/N Dojang Y/N

Kyosanim	Y/N	Mooreup	Y/N
Chokyonim	Y/N	Palkoop	Y/N
Räkna till 20	Y/N	Jumeok	Y/N
Oruen	Y/N	Teok	Y/N
Wen	Y/N	Batangson	Y/N
An	Y/N	Sonnal	Y/N
Bakkat	Y/N	Mom	Y/N
Twio	Y/N	Pal	Y/N
Hong	Y/N	Hogoo	Y/N
Chong	Y/N	Taekwondo	Y/N
Keso	Y/N	Taeguk	Y/N
Tti	Y/N	Kook Ki	Y/N
Ap Chook	Y/N		

/35

<u>Poomsae, Oh Jang</u>	1	2	3	4	5
<u>Sparring, 6* 2min</u>	1	2	3	4	5
<u>Attityd</u>	1	2	3	4	5

/15

**/250**