

# 1 Gup



Namn:

Personnummer:

MAX: 250 poäng

GODKÄNT: 162 poäng

Knyta sitt bälte	NEJ				JÄ
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
Yeopchagi/Dollyo	1	2	3	4	5
Yeop/Dollyo/Horyo	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
Pandedollyochagi	1	2	3	4	5

(på stället & instegande)

(på stället & instegande)

(samt med tornadosteg)

(kontring på bakre pitchagi)

/95

### 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	Hong	Y/N
Kjung ne	Y/N	Chong	Y/N
Schombi	Y/N	Keso	Y/N
Kyorugi chombi	Y/N	Tti	Y/N
Parobako (Shifta ben)	Y/N	Ap Chook	Y/N
Kaleyo	Y/N	Mooreup	Y/N
Keuman	Y/N	Palkoop	Y/N
Sijak	Y/N	Jumeok	Y/N
Dobok	Y/N	Teok	Y/N
Dojang	Y/N	Batangson	Y/N
Kyosanim	Y/N	Sonnal	Y/N
Chokyonim	Y/N	Mom	Y/N
Räkna till 20	Y/N	Pal	Y/N
Oruen	Y/N	Hogoo	Y/N
Wen	Y/N	Taekwondo	Y/N
An	Y/N	Taeguk	Y/N
Bakkat	Y/N	Kook Ki	Y/N
Twio	Y/N		

/35

Sparring  
6\* 2min

1 2 3 4 5

/5

Attityd

1 2 3 4 5

/5

**/250**