

1 GUP



NAMN:

PERSONNUMMER:

MAX: 255 POÄNG

GODKÄNT: 166 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)

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	(samt med tornadosteg)
Pandedollyochagi	1	2	3	4	5	(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	Parobako (Shifta ben)	Y/N
Kjung ne	Y/N	Kaleyo	Y/N
Schombi	Y/N	Keuman	Y/N
Kyorugi chombi	Y/N	Sijak	Y/N

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

/35

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

/15

/255