

Gradering till blått bälte 7-12 år, 5 Gup

Chagi-sparktekniker

- Dwi huryeo chagi - Omvänd rundspark
- Twieo ap chagi - Hoppande framåtspark

Dessa tekniker skall kunna utföras med både vänster och höger ben.



Chigi/Jjireugi-stöt/stickslag

- Pyeonsonkkeut sewo jjireugi - Vertikalt stickslag med fingertopparna
- Jebipoom mok chigi - Blockering/försvar mot huvudet med vriden kropp, samtidigt knivhandsstöt mot hals
- Deungjumeok olgul ap chigi - Slag med knytnävens ovansida, framåt mot ansiktet

Dessa tekniker skall kunna utföras med både höger och vänster arm.

Makki-blockeringar

- Batangson nulleo makki - Nedåtgående handflatsblockering

Denna teknik skall kunna utföras med både vänster och höger arm.

Poomsae-mönster

Taegeuk Sa jang

Hanbon kyorugi-enstegskamp

12 stycken

Kyeokpa-krossteknik

Bestäms av examinatorn

Öst - Luft



Norr - Vatten

Syd - Eld

Väst - Jord

Gradering till blått bälte 7-12 år, 5 Gup



Ordkunskap och terminologi

Yin	-	Himmel, ljus, värme, skapelse, aktivitet, gott
Yang	-	Jord, mörker, kyla, förintelse, passivitet, ont
Flaggans vita färg	-	Står för fred
Nulleo	-	Pressande (nedåtgående)
Ollyo	-	Lyftande (uppåtgående)
Pyeonsonkkeut	-	Raka fingrar
Sewo	-	Vertikal, handkant neråt
Eopeo	-	Horisontal, knogarna uppåt
Jeocheo	-	Horisontal, handflatan uppåt
Jjireugi	-	Sticks slag
Jebipoom	-	Svalrörelse, vriden
Deung	-	Baksida, omvänd
Deungjumeok	-	Ovansida knytnäve
Batangson	-	Handflata
Sa	-	Fjärde

10 Gup

Vitt bälte symboliserar oskuldens och den ovetandes färg.

Det vita bältet är som ett tomt pappersark som måste fyllas för att bli något mer.

9 Gup

Om den vita färgen är ett frö, är den gula en lök till en kommande växt.

Löken har alla förutsättningar för att växa och gro men behöver omvårdnad från en duktig instruktör.

9 + Gup

8 Gup

Den gröna färgen står för växt/tillväxt som symboliserar liv. Grönt står för de erfarenheter och vunna tid som eleven har fått genom träning. Den gröna färgen ser alltid framåt, inte bakåt utan fram och upp mot nya erfarenheter.

7 Gup

7 + Gup

6 Gup

Blå är himlens och havets färg. Vi kan se himmel när vi tittar upp men vi ser inte allt. Vi ser havet men inte vad som händer på dess botten.

Vi kan se vågrörelserna men vi kan inte påverka dem. Vår kunskap räcker inte till.

Den blå färgen symboliserar människans kamp för att bli fysiskt och mentalt stark.

Hårda tider varar aldrig för evigt men ett starkt psyke varar livet ut.

5 Gup