

**9. kup - gult bælte****STAND**

Side i DTaF's officielle grundteknikbog	Koreansk	Dansk
37	Pyeonhi-seogi	Hvilestand

**HÅNDETEKNIK**

Side i DTaF's officielle grundteknikbog	Koreansk	Dansk
58-8	Momtong bakatmakki	Udadgående blokering i midter sektion
76-3	Bandae jireugi	Slag "over forreste ben"
76-2	Baro jireugi	Slag (modsat arm / ben)
87-21	Sonnal eolgul bakat-chigi	Udadgående slag m. knivhånd

**BENDEKNIK**

Side i DTaF's officielle grundteknikbog	Koreansk	Dansk
96	Baldeung dollyo-chagi	Cirkelspark, hvor der rammes med vrist

**DIVERSE**

Han bon kireugi (Et skridts kamp) 3 stk. (se bilag 6)		
Der lægges vægt på : Korrekte stande og gode blokeringer		
Poomse Taegeuk il jang		

**TEORI**

Side i DTaF's officielle grundteknikbog	Koreansk	Dansk
16	Son	Hånd
16	Sonnal	Knivhånd
32	Baldeung	Vrist
28	Dwichook	Underside af hæl
84	Chigi	Slag/svingslag, der ikke kommer fra hoften.
	Dollyo	Cirkel
	Poom	Grundteknik
	Poomse	Sammensatte grundteknikker
	DTaF	Dansk Taekwondo Forbund
	Hanna	En (1)
	Dul	To (2)
	Set	Tre (3)
	Net	Fire (4)
	Il	Første (1.)
	Yi	Anden (2.)
	Kendskab til hanbon kireugi	Se bilag 6