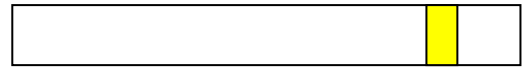


Exameneisen TaeKwon-do

Voor gele slip



Eogool-Momtong-Arae - hoog -midden- laag
Makki - afweer
Ap-chagi - voorwaartse trap

Basistechnieken

Poomsees

Poomsee 1	Figuur kennen. Je wordt nog niet beoordeelt op je technieken
-----------	--

Stapsparring

4 verschillende 3steps



Kijk op de site voor;
het examenboekje, de poomsee's op papier en
de filmpjes van de examenstof.