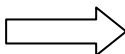


# 2010 GRADERINGSKRAV 14 år +

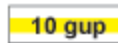
Kwanjangnim Ji-Pyo Lim 6 Dan • Graderingen omfattar; **Teknik, teori** (kunskap om teknikerna) och **terminologi** (namn på tekniker och grundläggande koreanska termer).



Vitt bälte , 11 Gup



Vitt Joolbälte, 10 Gup



**Tränings tid/Krav:** Träning i minst 10 veckor och 18 träningsstimmar. Ha genomgått Introduktionskurs.

## Tekniker att kunna

### 4-riktningar

<b>Sajo Tjagi</b> App Tjagi (avd 1)	<b>Sajo Jirugi</b> B: App gobi - Are Mackgi F: App gobi - Måmtång Jirugi
--	--

### 3 - Stegsparring - Se bæn Kyorugi

Avdelning 1			Avdelning 2		
Attack:	App gobi (Steg1-3)	Are Bande Jirugi	Attack:	App gobi (Steg1-3)	Måmtång Bande Jirugi
Försvar:	App gobi (Steg1-3)	Are Mackgi	Försvar:	App gobi (Steg1-3)	Måmtång An Mackgi
Kontring:	App gobi	Are Barå Jirugi "Kiap"	Kontring:	App gobi	Måmtång Barå Jirugi "Kiap"

## Terminologi

Handtekniker	<i>Sån Gisool</i>	Bentekniker	<i>Dari Gisool</i>	Ställningar	<i>Sægi</i>
Mitttids slag	Måmtång Jirugi	Framspark	App Tjagi	Färdig Lång gäställning	App gobi Jonbi Sægi
Underdels slag	Are Jirugi	Rundspark	Dållyø Tjagi	Färdigställning	Jonbi Sægi
Mitttids inåt block	Måmtång An Mackgi			Givaktställning	Tjaryøt Sægi
Underdels block	Are Mackgi			Lång gäställning	App gobi Sægi
<b>Övrigt</b>					
Block	Mackgi	Spark i 4 rikt.	Sajo Tjagi	Mästare	Kwanjangnim
Spark	Tjagi	Slag i 4 rikt.	Sajo Jirugi	Instruktör	Sabæmnim
Slag	Jirugi	3-stegssparring	Se bæn Kyorugi	Junior Instruktör	Gyosanim
Ställning	Sægi			Taekwondoskola	Dojang

### Taekwondo elevens Ed.

- Jag skall alltid följa Taekwondos regler
- Jag skall alltid respektera instruktören och senioreleverna
- Jag skall aldrig missbruka Taekwondo
- Jag skall bli förespråkare för frihet och rättvisa
- Jag skall hjälpa till att bygga en fredligare värld

### Mudo Akademiens 5 Grundstenar

예의	Ye Ui	Hövlighet
염치	Yom Tji	Integritet
인내	In Nae	Uthållighet
극기	Guck Gi	Självkontroll
백절불굴	Baek Jeol Bool Gool	Okuvlig Anda

# 2010 GRADERINGSKRAV 14 år +

*Kwanjangnim Ji-Pyo Lim 6 Dan • Graderingen omfattar; **Teknik, teori** (kunskap om teknikerna) och **terminologi** (namn på tekniker och grundläggande koreanska termer).*

