

Hieronder vindt je de exameneisen voor de verschillende gradaties (banden) bij Taekwondovereniging Riekebbe.

Voor de slipexamens, dien je minstens de helft van het bandexamem te beheersen.

Dit wordt in de lessen door de meester nader toegelicht.

Blauw:

Onderdeel	Inhoud
<i>Gevorderde trappen (chagi)</i>	<i>Momdolleyo Bandae Dollyeo Chagi (Pandal), Ap Dollyeo, Twieo Dollyeo, Twieo Ap, Bandae Dollyeo -> Dollyeo (5x heen en 5x terug)</i>
<i>Handtechieken</i>	<i>De handtechnieken uit de taeguks (5x heen en 5x terug)</i>
<i>Ilbo Taeryon</i>	<i>15 stuks</i>
Taeguks	5 & 6
<i>Hosinsul</i>	<i>5 vaste handtechnieken & 6 vaste stok technieken</i>
<i>Gyo-rugi (met hogo)</i>	<i>2 x 1,5 minuut (1 minuut rust)</i>
<i>Gyek-Pa</i>	<i>Plankdikte: jeugd 10mm, senioren 18 mm; 1 hand- en 1 voettechniek naar keuze</i>
<i>Theorie</i>	<i>Kijk bij Taekwondo Theorie</i>