

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.

### **Groen:**

<b>Onderdeel</b>	<b>Inhoud</b>
<i>Basis trappen (chagi)</i>	<i>Naeryo, Dwit (5x heen en 5x terug)</i>
<i>Handtechnieken</i>	<i>De handtechnieken uit de taeguks(5x heen en 5x terug)</i>
<i>Taeguks</i>	<i>3 &amp; 4</i>
<i>Ilbo Taeryon</i>	<i>20 stuks</i>
<i>Hosinsul</i>	<i>10 stuks (allen vastgesteld)</i>
<i>Gyo-rugi (met hogo)</i>	<i>1,5 minuut</i>
<i>Gyek-Pa</i>	<i>Plankdikte: jeugd 10mm, senioren 18 mm; Naeryo chagi</i>
<i>Theorie</i>	<i>Kijk bij Taekwondo Theorie</i>