

ZKOUŠKY NA 7. KUP ŽLUTO-ZELEŇÝ PÁS



Sestavy: (TUL) od Saju Jirugi po Dan- Gun

Techniky: nové

- Niunja- so anpalmok kaunde baro makgi
- Niunja- so sonkal daebi kaunde makgi
- Gonunun- son ap joomuk nopunde baru jirugi
- Niunja- so sang palmok makgi
- Niunja – so sonkal kaunde yop taerigi

Kopy

- Goryo Chagi – Niunja So (na místě)
- Torra Twimio Dollyo Chagy- – Niunja So

Sambo Matsogi (tříkrokový boj) – sám 3 varianty nebo pokud se dá ve dvojici

1. Gunnun- so ap joomuk kaunde baro jirugi proti gunnun- so anpalmok kaunde baro makgi
2. Gunnun- so apcha busigi proti gunnun- so sonkal nacunde baro makgi
3. Niunja – so ap joomuk kaunde baro jirugi proti Niunja – so anpalmok kaunde baro makgi
4. Niunja – so sonkal kaunde yop taerigi – niunja- so sonkal kaunde daebi makgi
5. Ninja – so kaunde dollyo chagi – niunja – so sang palmok makgi

Sebeobrana: (HOSIN SOOL)

Vyproštění z úchopu za oděv

Teorie:

- Co znamená Dan- Gun
- Popsat postoje které znáte
- Popsat všechny nové techniky v Dan- Gunu

태
권
도

DAN - GUN TUL



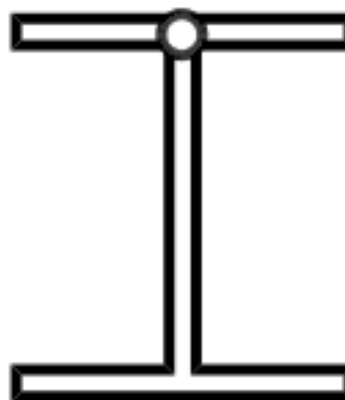
Tul je pojmenován po svatém Dan-Gunovi, legendárním zakladateli Koreje v roce 2333 před Kristem. Dan-Gun sestoupil podle pověsti z nebe. Tento tul se učí nositelé technického stupně 8. kup. Skládá se z 21 pohybů.

Úvodní postoj : Narani junbi sogi

01. Niunja so sonkal kaunde daebi makgi
02. Gunnun so ap joomuk nopunde baro jirugi
03. Niunja so sonkal kaunde daebi makgi
04. Gunnun so ap joomuk nopunde baro jirugi
05. Gunnun so bakat palmok najunde makgi
06. Gunnun so ap joomuk nopunde baro jirugi
07. Gunnun so ap joomuk nopunde baro jirugi
08. Gunnun so ap joomuk nopunde baro jirugi
09. Niunja so sang palmok makgi
10. Gunnun so ap joomuk nopunde baro jirugi
11. Niunja so sang palmok makgi
12. Gunnun so ap joomuk nopunde baro jirugi
13. Gunnun so bakat palmok najunde makgi
14. Gunnun so bakat palmok chukyo makgi (rytmus : pohyby 13. a 14. jako spojené techniky)
15. Gunnun so bakat palmok chukyo makgi
16. Gunnun so bakat palmok chukyo makgi
17. Gunnun so bakat palmok chukyo makgi
18. Niunja so sonkal kaunde yop taerigi
19. Gunnun so ap joomuk nopunde baro jirugi
20. Niunja so sonkal kaunde yop taerigi
21. Gunnun so ap joomuk nopunde baro jirugi

Závěrečný postoj : Narani junbi sogi

Diagram:



태
권
도