

Budo vereniging Rijen

Taekwondo examen eisen

9e geup = witte band plus gele sliip

	praktijk 1	4-hoeks training
	praktijk 2	3 stuks
	praktijk 3	3 stuks (A+B verplicht)
	praktijk 4	1min kussens
	praktijk 5	n.v.t

8e geup = gele band

	praktijk 1	taegeuk I-L-Jang+ 4-hoeks training
	praktijk 2	3 stuks+ 2(*)stuks
	praktijk 3	5 stuks (A,B,C verplicht)
	praktijk 4	1min kussens
	praktijk 5	n.v.t

7e geup = gele band plus groene sliip

	praktijk 1	taegeuk I-Jang+ taegeuk IL-Jang+ 4-hoeks training
	praktijk 2	7 stuks + 2(*)stuks
	praktijk 3	5 stuks (A,B,C verplicht)
	praktijk 4	1min kussens + 1min semi contact(Ban chayu Taeryon)
	praktijk 5	n.v.t

6e geup = groene band

	praktijk 1	taegeuk Sam-Jang+ vrije keuze 1 t/m 2+ E.C. keuze 1 t/m 2
	praktijk 2	6 stuks+ 4(*)stuks
	praktijk 3	7 stuks (A t/m E verplicht)
	praktijk 4	1min kussens + 2x 1min semi contact(Ban chayu Taeryon)
	praktijk 5	1 plank

5e geup = groene band plus blauwe sliip

	praktijk 1	taegeuk Sa-Jang+ vrije keuze 1 t/m 3+ E.C. keuze 1 t/m 3
	praktijk 2	8 stuks + 2(*)stuks
	praktijk 3	8 stuks (A t/m F verplicht)
	praktijk 4	1min kussens + 1min Gyo-rugi
	praktijk 5	1 plank

4e geup = blauwe band

	praktijk 1	taegeuk O-Jang+ vrije keuze 1 t/m 4+ E.C. keuze 1 t/m 4
	praktijk 2	8 stuks +2(*)stuks
	praktijk 3	9 stuks (A t/m G verplicht)
	praktijk 4	1min kussens + 1min Gyo-rugi
	praktijk 5	2 plank (naar eigen inzicht, waarvan minstens één voet techniek)

3e geup = blauwe band plus rode sliip

	theorie	schriftelijk 12 meerkeuze vragen
	praktijk 1	taegeuk Yuk-Jang+ vrije keuze 1 t/m 5+ E.C. keuze 1 t/m 5
	praktijk 2	10 stuks +2(*)stuks
	praktijk 3	10 stuks (A t/m H verplicht)
	praktijk 4	1min kussens + 1min Gyo-rugi
praktijk 5	2 plank (naar eigen inzicht, waarvan minstens één voet techniek)	

Budo vereniging Rijen

Taekwondo examen eisen

2e geup = rode band

	Theorie	schriftelijk 15 meerkeuze vragen
	praktijk 1	taegeuk Chil-Jang+ vrije keuze 1 t/m 6+ E.C. keuze 1 t/m 6
	praktijk 2	12 stuks + 3(*)stuks + 2(**)stuks
	praktijk 3	12 stuks (A t/m H verplicht)
	praktijk 4	1min kussens + 1,5min Gyo-rugi
	praktijk 5	3 plank naar eigen inzicht, waarvan minstens twee voet technieken.

1e geup = rode band plus zwarte slip

	Theorie	schriftelijk 15 meerkeuze vragen
	praktijk 1	taegeuk Pal-Jang+ vrije keuze 1 t/m 7+ E.C. keuze 1 t/m 7
	praktijk 2+	15 stuks + 3(*)stuks + 2(**)stuks
	praktijk 3+	12 stuks (A t/m H verplicht)
	praktijk 4+	1min kussens + 2x 1,5min Gyo-rugi
	praktijk 5	3 plank twee naar eigen inzicht (waarvan minstens één voet techniek) en één op aanwijzing van examencommissie. De examencommissie heeft de keuze uit de volgende technieken - Yop-chagi - Dollyo-chagi - Dwit-chagi

"+"examen eis: Uitvoering met een partner graduatie 2e geup of hoger

praktijk 1	Poomse (stijlvormen)
praktijk 2	Tearyon(stap sparren) 1-stap sparren eind afwerking vrij (*)= 2-stap sparren eind afwerking met (een) voetechniek(en) (**)= 3-stap sparren eind afwerking met (een) hand-vuist techniek(en)
praktijk 3	Hosinsul (zelfverdediging) verdedigingstechnieken tegen vasthouden, beetpakken en klemmen naar eigen inzicht uitgevoerd De volgende 8 stuks aanvalstechnieken dienen verplicht getoond te worden in onderstaande volgorde; A)Gekruist de pols/onderarm vastgrijpen met een enkele of dubbele greep B)Revers vastpakken met een enkele of dubbele greep C)Verwuring met beide gestrekte armen van voor van de hals. D)Vastpakken van het hoofd en/of -haren. E)Beide polsen vastgrijpen aan de rugzijde. F)Verwuring met beide gestrekte armen van achter van de hals. G)Omklemming van achteren met de armen ingesloten. H)Omklemming van het hoofd, waarbij de aanvaller naast de verdediger staat, beide met het hoofd naar dezelfde richting.
praktijk 4	Gyo-rugi(volgens WTF sparring reglement, examinandi draagt blauw)/Ban chayu Taeryon/ technieken op kussens
praktijk 5	Gyek pa (breektest) Het te gebruiken breekmateriaal bij examens dient te bestaan uit vierkante vurenhouten planken met een kleinste af meting van 22 x 22 centimeter en/of een grootste af meting van 30 x 30 centimeter. Dikte 10 á 12mm tot en met 13 jaar, 18mm vanaf 14 jaar en ouder. De breektest dient door alle examinandi minimaal op bandhoogte te worden uitgevoerd. Breektesten dienen altijd in één vloeiende doorgang zonder onderbreking te worden uitgevoerd (tussenstappen zijn toegestaan, pauzes echter niet).
Theorie	Benamingen van de in het Geup programma genoemde stijlvormen en gebruikte technieken plus standen.

Een kandidaat is geslaagd indien aan een tweetal voorwaarden is voldaan:

- voor praktijk 1, 4, 5 en het onderdeel theorie dient de waardering voldoende gehaald te zijn;
- bij praktijk 2 en 3 mag voor één van beide onderdelen een onvoldoende zijn gescoord (niet zijnde een ZO = zware onvoldoende)