

Exameneisen I Dan

Tuls: ?????  
Hwa-Rang  
Choong-Moo

Matsogi: Ilbo Matsogi  
Ban Jayu Matsoki  
Jayu Matsoki  
Hosinsul

Theorie: 10 open vragen  
De betekenis van Hwa-Rang en Choong-Moo Mondeling

Pre-grading eisen: Tuls en Matsogi (Ilbo, Ban Jayu, Jayu en Hosinsul)



Breektesten I Dan

is het aantal breekplanken dan men zelf moet meenemen  
30 x 30 x 1,8 cm vurenhout

Wiryok	3 uit de onderstaande technieken									
Hand en voet technieken uit stand	Vertaling:	Man	Vrouw	Uitvoerings eis:	Jeugd	Junioren	Sen: Fem	Sen: Mal	40+ Fem	40+ Ma
Ap Joomuk Jirugi	Voorwaartse stoot	X						2x		2x
Sonkal Yop Taerigi	Meshandslag	X	X				1x	2x	1x	2x
Ap Palgub Taerigi	Elleboog	X	X			1x	1x		1x	
Yop Cha Jirugi	Zijwaartse trap	X	X	Achterste been en niet inslippen	1x	1x	2x	2x	2x	2x
Dollyo Chagi	Rondwaartse trap	X	X	Hoog	1x	1x	2x	2x	2x	2x
Bandea Dollyo Chagi	Gedraaide Hieltrap	X	X	Min. borst midden			1x	2x	1x	2x
Dolmyo Chagi	Achterwaarts zijwaartse trap	X	X	Midden	1x	1x	2x	2x	2x	2x

Tukgi:	3 uit de onderstaande technieken			5 breektesten uit de bovenstaande						
Gesprongen Technieken	Vertaling:	Man	Vrouw	Uitvoerings eis	Jeugd	Junioren	Sen:Fem	Sen: Male	40+Fem	40+ Ma
Twimyo Nopi Chagi	Gesprongen opwaartse trap	X	X	30 cm boven eigen hoofdhoogte	1x	1x	1x	1x		
Twimyo Dollyo Chagi	Gesprongen Rondwaartse trap	X	X	Hoog	1x	1x	1x	1x		
Twimyo Bandea Dollyo Chagi	Gesprongen hieltrap	X	X	Min Borts Midden	1x	1x	1x	1x		
Twimyo Dolmyo Chagi	Gesprongen achterwaartse trap	X	X	Midden	1x	1x	1x	1x		
Twimyo Nomo Chagi	Gesprongen zijwaartse trap	X	X	over 2 a 3 personen	1x	1x	1x	1x		

Exameneisen II Dan

Tuls: Kwang-Gea  
Po-Eun  
Gea-Baek

Matsogi: Ilbo Matsogi  
Ban Jayu Matsoki  
Jayu Matsoki  
Dando Matsoki  
Hosinsul

Theorie: 10 open vragen  
De betekenis van de 3 examen Tuls Mondeling

Pre-grading eisen: Tuls en Matsogi (Ilbo, Ban Jayu, Jayu, Dando en Hosinsul)



Breektesten II Dan

is het aantal breekplanken dan men zelf moet meenemen  
30 x 30 x 1,8 cm vurenhout

Wiryok		3 uit de onderstaande technieken								
Hand en voet technieken uit stand	Vertaling:	Man	Vrouw	Uitvoerings eis:	Jeugd	Junioren	Sen: Fem	Sen:Mal	40+ Fem	40+ Ma
Ap Joomuk Jirugi	Voorwaartse stoot	X				1x		2x		2x
Sonkal Yop Taerigi	Meshandslag	X	X			1x	1x	2x	1x	2x
Ap Palgub Taerigi	Elleboog	X	X		1x	1x	2x		1x	
Yop Cha Jirugi	Zijwaartse trap	X	X	Achterste been en niet inslippen	1x	2x	2x	2x	2x	2x
Dollyo Chagi	Rondwaartse trap	X	X	Hoog	1x	1x	2x	2x	2x	2x
Bandea Dollyo Chagi	Gedraaide Hieltrap	X	X	Min. Borst Midden	1x	1x	1x	2x	2x	2x
Dolmyo Chagi	Achterwaarts zijwaartse trap	X	X	Midden	1x	2x	2x	2x	2x	2x

Tukgi:		3 uit de onderstaande technieken				5 breektesten uit bovenstaande					
Gesprongen Technieken	Vertaling:	Man	Vrouw	Uitvoerings eis	Jeugd	Junioren	Sen: Fem	Sen:Male	40+ Fem	40+ Ma	
Twimyo Nopi Chagi	Gesprongen opwaartse trap	X	X	30 cm boven eigen hoofd	1x	1x	1x	1x			
Twimyo Dollyo Chagi	Gesprongen Rondwaartse trap	X	X	Hoog	1x	1x	1x	1x			
Twimyo Bandea Dollyo Chagi	Gesprongen hieltrap	X	X	Losse plank Min. Borst hoogte	1x	1x	1x	1x			
Twimyo Dolmyo Chagi	Gesprongen achterwaartse trap	X	X	Midden	1x	1x	1x	2x			
Twimyo Nomo Chagi	Gesprongen zijwaartse trap	X	X	over 2 a 3 personen	1x	2x	2x	2x			

Exameneisen III Dan

Tuls: Eui-Am  
Choong Jang  
Juche

Matsogi: Ilbo Matsogi  
Ban Jayu Matsoki  
Jayu Matsoki  
Dando Matsoki  
Hosinsul

Theorie: 10 open vragen  
De betekenis van de 3 examen Tuls Mondeling

Pre-grading eisen: Tuls en Matsogi (Ilbo, Ban Jayu, Jayu, Dando en Hosinsul)



Breektesten III Dan

is het aantal breekplanken dan men zelf moet meenemen  
30 x 30 x 1,8 cm vurenhout

Wiryok		3 uit de onderstaande technieken							
Hand en voet technieken uit stand	Vertaling:	Man	Vrouw	Uitvoerings eis:	Junior	Sen: Fem	Sen:Mal	40+ Fem	40+ male
Ap Joomuk Jirugi	Voorwaartse stoot	X	X		1x	1x	1x	1x	1x
Sonkal Dung Yop Taerigi	Meshandslag Inwaarts	X	X		1x	1x	1x	1x	1x
Sonkal Anuro yop Taerigi	Omgekeerd meshandslag	X	X		1x	1x	2x	1x	2x
Yop Cha Jirugi	Zijwaartse trap	X	X	vrij van uitvoering	2x	3x	3x	3x	3x
Dollyo Chagi	Rondwaartse trap	X	X	Hoog	2x	2x	3x	2x	3x
Bandea Dollyo Chagi	Gedraaide Hieltrap	X	X	min.Borst Miden	2x	2x	2x	2x	2x
Dolmyo Chagi	Achterwaarts zijwaartse trap	X	X	Midden	2x	2x	3x	2x	3x

  

Tukgi:		3 uit de onderstaande technieken			5 breektesten uit bovenstaande				
Gesprongen Technieken	Vertaling	Man	Vrouw	Uitvoerings eis	Junior	Sen: Fem	Sen:Mal	40+ Fem	40+ male
Twimyo Nopi Chagi	Gesprongen opwaartse trap	X	X	30 cm boven eigen hoofd	1x	1x	1x		
Twimyo Dollyo Chagi	Gesprongen Rondwaartse trap	X	X	Hoog	1x	1x	1x		
Twimyo Bandea Dollyo Chagi	Gesprongen hieltrap	X	X	Losse plank min. Borst Hoogte	1x	1x	1x		
Twimyo Dolmyo Chagi	Gesprongen achterwaartse trap	X	X	Midden	2x	2x	3x		
Twimyo Nomo Chagi	Gesprongen zijwaartse trap	X	X	over 2 a 3 personen	2x	2x	2x		

Exameneisen IV Dan

Tuls: Sam-Il  
Yoo-Sin  
Choi-Yong

Matsogi: Ilbo Matsogi  
Dando Matsoki  
Hosinsul



Theorie: Thesissen inleveren samen met het examen aanvraag, goedkeuring voor het afleggen van het examen door NLTF/ITF.  
Betekenis van de 3 examens tuls mondeling

Pre-grading eisen: Tuls en Matsogi (Ilbo, Dando en Hosinsul)

Wiryok

Hand en voet technieken uit stand	Vertaling	Man	Vrouw	Uitvoerings eis:	Sen: F	Sen: M	40+ F	40+ M
Sonkal dung Yop Taerigi	Meshandslag inwaarts	X	X		2x	2x	2x	2x
Bandea Dollyo Chagi	Gedraaide hiel trap	X	X	Min Borst Hoogte	2x	2x	2x	2x
Dolmyo yop Chagi	Achterwaarts zijwaartse trap	X	X	Midden	3x	3x	2x	2x

Tukgi

					Plus 2 extra handtechnieken			
Gesprongen Technieken	Vertaling	Man	Vrouw	Uitvoerings eis	Sen: F	Sen: M	40+ F	40+ M
Twimyo Bituro Chagi	Gesprongen twist trap	X	X	Plank eigen Hoofd Hoogte	1x	1x		
Twimyo SangBang	Gesprongen 2 richtingen Techniek	X	X	Min. Borst Hoogte ( 2 pl)	2x	2x		
Twimyo Yop Chagi (180 °)	Gesprongen zijwaartse trap	X	X	achterste been uit stand	2x	2x		