

Examen Taekwon-do Panteras Celtas

Examen 6º kup

Físico:

1. Tul Won-Hyo.
2. Las tres formas previas.
3. Combate a dos pasos: Ibo Matsogi.
4. Combate a tres pasos semilibre: Sambo Banjayoo Matsogi.
5. Combate libre: Jayoo Matsogi
6. Roturas: Patada lateral penetrante con el canto del pie.

Teoría:

1. Won Hyo Tiene 28 movimientos. Fue un notable monje que introdujo el budismo durante la dinastía Silla en el año 686 d.c.
2. Postura preparatoria para Won Hyo es MOa Jumbi Sogi 'A' (Posición cerrada 'A')
3. Won Hyo tiene cuatro posiciones:
 - a) Niunja Sogi: Posición en L.
 - b) Gojan Sogi: Posición en L larga (con el 50% del peso en cada pie)
 - c) Gunnun Sogi: Posición caminando
 - d) Goburyo Jumbi Sogi 'A': Posición preparatoria pierna doblada 'A'.
4. Won Hyo tiene cuatro bloqueos:
 - a) Sang Palmok Makgi: Bloqueo antebrazos gemelos.
 - b) Kaunde Sonkal Daebi Makgi: Bloqueo de guardia canto manos medio.
 - c) An Palmok Dollimyo Makgi: Bloqueo Circular antebrazo interno.
 - d) Kaunde Palmok daebi Makgi: Bloqueo de guardia con antebrazos medio.
5. Terminología para los bloqueos de Ibo Matsogi:
 - a) Kyocha Joomok Najunde Noollo Makgi: X Fist Low Section Pressing Block.
 - b) Sonbadak Ollyo Makgi: Bloqueo con palma hacia arriba.
 - c) Hechyo Makgi: Bloqueo en cuña.
 - d) Backat Palmok Chookyo Makgi: Bloqueo ascendente antebrazo externo.
6. Patada circular: Dollyo Chagi (usando Ap Kumchi: metatarso)

7. Jirugi con Ap Joomok:

- a) Ap Jirugi: Puñetazo frontal.
- b) Yop Jirugi: Puñetazo lateral.
- c) Sang Sewo Jirugi: Puñetazo vertical gemelo.
- d) Sang Dwijibo Jirugi: Puñetazo palma arriba gemelo.

8. Debe ser capaz de demostrar y describir todos los movimientos de Won Hyo.