

Rött bälte med 3 svarta streck –1 Gup

Gult t.o.m. blått med streck finns samlade i 'Blått bälte med streck'.
För övriga grader se "papper" för respektive grad.

Poomsae

Taeguk pal jang

Mönster

Seogi

Apkkoaseogi

Ställningar

Korsande ställning vid förflyttning

Makki

Kodeuro areamakki
blockering
Kodureo bakkatmakki
utåtgående
Wesanteulmakki

Blockering

Låg sektion, stödjande
Mittsektion, stödjande blockering,
Kombinerad blockering; en arm arae
makki, en arm santul makki

Jireugi

Dangkjo teokjireugi
man drar motståndaren till sig

(Raka) slag

'Upper cut' samtidigt som

Chagi

Dangseong apchagi
luften

Spark

En apchagi med varje ben, i

Kyorugi

Kamp 3 x 3 minuter – full kontakt mot väst och lätt kontakt mot huvud (junior & senior)

Kamp

Hanbeon kyorugi

2 stycken från varje Taeguk poomsae du lärt dig

Enstegskamp

Hosinsul

10 stycken: 4 handled, 2 hals, 4 nedtagning med avslut

Självförsvar

Teori

Pal

Åttonde