

9 Kup-1

Sonkal	Knivhand
Dollyo Chagi	Rund Spark
Twimyo/Twio	Flygande/Saxande
Vad symboliserar Chon Ji Tul	Himmel och jord, Början på människans historia Chon-Ji betyder bokstavligen "himmel och jord" och det tolkas i orienten som jordens skapelse och början på allt liv. Det är därför som det är det första mönstret som utförs av nybörjare. Mönster består av två liknande delar där den andra delen representerar himlen och den första jorden.
Vilken träffyta använder du i Yop Dollyo Chagi & Twimyo Ap Cha Busigi	Ap kumchi = Främre trampdyna
Vad är positionen på handen & axlarna i en Gunnun So Sonkal Najunde Makgi	Handen är på bröstlinjen på samma sida som armen. Armbågen är böjd 15 grader. 20 cm från låret. I höjd med höften. Half facing.
Vad är positionen på handen & axlarna i en Niunja So Kaunde An Palmok Makgi	Knogarna är i axelhöjd. I axel linjen på samma sida som armen. Armbågen har en vinkel på 90 grader. Tummens sida på handen ska var vinklad åt sidan bort från kroppen. Half facing.
Vad är bakfotens riktning när du gör Dollyo Chagi sparkar	Om du sparkar med vänster foten mot klockan 12 så ska bakfotens tår riktas mot klockan halv 4
Hur kopplar man Gunnun So Sonkal Najunde Makgi	Handrygg mot handrygg. Blockerande handen överst. Korsas framför solarplexus. Händerna avslappnade. Lätt öppna.
Hur kopplar man Niunja So Kaunde An Palmok Makgi	Handrygg mot dig. Blockerande handen underst. Kopplas framför solarplexus. Händerna avslappnade. Lätt öppna.
Vad är assisterande instruktör (Svartbältes Dan grad 1-3) på Koreanska	Boosabum-nim
Vad är instruktör (Svartbältes Dan grad 4-6) på Koreanska	Sabum-nim
Vad är det första av TKDs ed	Jag ska följa TKDs regler
Vad är det första av TKDs mål	Artighet