





## FICHA DE EXAMEN PARA CINTURON AMARILLO/NARANJA

### MAKIS (DEFENSAS)

		
-ARE MAKI -ARE BARO MAKI (MANO CONTRARIA)	-MOMTONG MAKI -MOMTONG AN MAKI (MANO CONTRARIA)	OLGUL MAKI
		
JANSONNAL MOMTONG BAKAT MAKI		

**GONG KIOK (ATAQUES)**

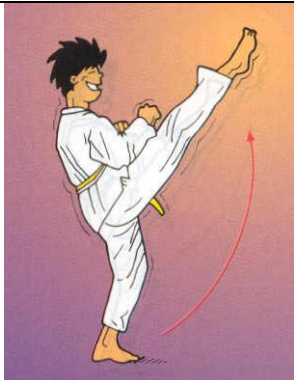
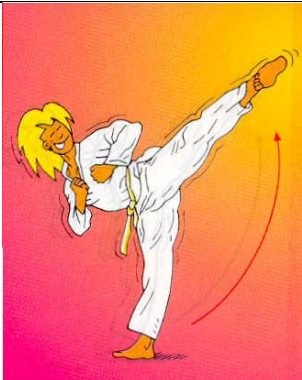

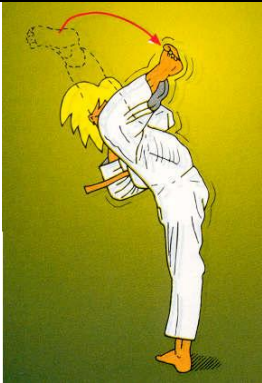
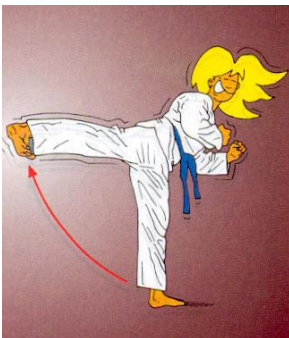
		
<p>-MOMTONG BANDE JIRUGUI -MOMTONG BARO JIRUGUI (MANO CONTRARIA)</p>	<p>OLGUL BANDE JIRUGUI</p>	<p>MOMTONG DUBONG JIRUGUI</p>
		
<p>SONNAL MOK CHIGUI</p>		

**Chumchum Sogui Momtong Jirugui-** Posición de montar a caballo y puñetazo al medio.

**BAL KISUL CHAGUIS (PATADAS)**

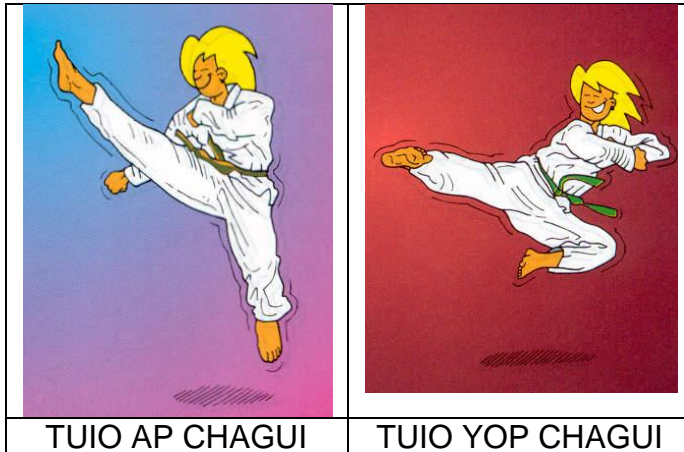
<El Tribunal solicitará al aspirante, que efectue Dos repeticiones sobre el sitio tanto individuales como dobles, de las siguientes patadas>

**Ap Oligui** (Subir pierna recta arriba ) – **Bakat Furigui** ( Subir pierna recta de dentro hacia fuera ) – **Andara Furigui** ( Subir pierna recta de fuera hacia dentro)

		
AP CHAGUI	YOP CHAGUI	DOLLYO CHAGUI
		
NACKO CHAGUI	TUIT CHAGUI	

### **TUIO (SALTOS)**

<Los efectuará una vez con cada pierna aquellos saltos que se le pidan>



### **EXAMEN DE PUMSE**

1er Pumse Taeguk Il Chang

2o Pumse Taeguk I Chang