








FICHA DE EXAMEN PARA CINTURON VERDE

MAKIS (DEFENSAS)


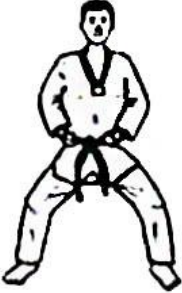







		
<p>-ARE MAKI -ARE BARO MAKI (MANO CONTRARIA)</p>	<p>-MOMTONG MAKI -MOMTONG AN MAKI (MANO CONTRARIA)</p>	<p>OLGUL MAKI</p>
		
<p>JANSONNAL MOMTONG BAKAT MAKI</p>	<p>SONNAL MOMTONG MAKI</p>	<p>MOMTONG BAKAT MAKI</p>
		
<p>NULO MAKI</p>		


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 -SONNAL AN CHIGUI (MANO CONTRARIA)</p>	<p>PIONSON KUT SEUO CHIRUGUI</p>	<p>DUNG CHUMOK APE CHIGUI</p>
		

SOGUIS (POSICIONES DE PIES)




<Todas ellas exceptuando **Charyot Sogui** deberan de efectuar en **Du Chumok Jori Chumbi**>

		
<ul style="list-style-type: none"> - CHARYOT SOGUI (PIES EN V) - MOA SOGUI (PIES JUNTOS) 	<p>CHUMCHUM SOGUI</p>	<p>NARANJI SOGUI</p>
		
<p>PIONJI SOGUI</p>	<p>AP SOGUI</p>	<p>AP KUBI SOGUI</p>
		
<p>TUIT KUBI SOGUI</p>	<p>UEN SOGUI (IZQUIERDA)</p>	<p>ORUN SOGUI (DERECHA)</p>

		
TUIT KOA SOGUI		

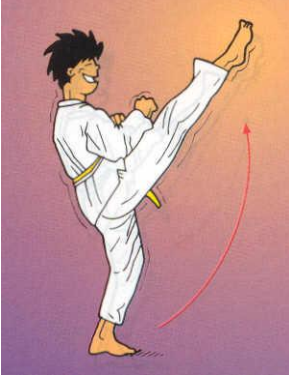



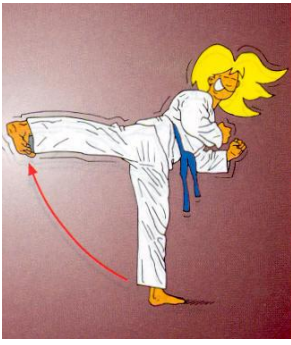

MOVIMIENTOS PUM (ESPECIALES)




<Se efectuaran en la posición que le es propia al mismo>

		
KIBON CHUMBI	CHEBIPUM MOK CHIGUI	MOMTONG PIOCKOCK PALKUP CHIGUI

BAL KISUL CHAGUIS (PATADAS)

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

		
<p>AP CHAGUI</p>	<p>YOP CHAGUI</p>	<p>DOLLYO CHAGUI</p>
		
<p>NACKO CHAGUI</p>	<p>TUIT CHAGUI</p>	<p>NERYO CHAGUI</p>

		
<p>MOM DOLLYO YOP CHAGUI</p>	<p>MOM DOLLYO TUIT CHAGUI</p>	

COMBINACIONES

1ª Combinación: Ap Chagui – Yop Chagui (distinta pierna)




2ª Combinación: Dollyo Chagui – Yop Chagui (distinta pierna)

3ª Combinación: Yop Chagui – Mom Dollyo Yop Chagui

4ª Combinación: Nakko Chagui – Mom Dollyo Tuit Chagui

TUIO (SALTOS)

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

		
TUIO AP CHAGUI (TIJERETA)	TUIO YOP CHAGUI	TUIO DOLLYO CHAGUI (TIJERETA)

EXAMEN DE PUMSE

1er Pumse Taeguk Il Chang

2o Pumse Taeguk I Chang

3r Pumse Taeguk Sam Chang

4o Pumse Taeguk Sa Chang

5o Pumse Taeguk O Chang

JABON KIORUGUI

Realizará las técnicas de ataque hasta el 6o PUMSE

SICHAK KIORUGUI

Combate de compromiso