

Arendal Taekwon-Do Klubb

Januar 2009

Hvor mye grunnleggende teori kan du?

Navn: _____

Grand Master (9.Dan)	_____	Innsiden	_____
Master (7. -8.Dan)	_____	Utsiden	_____
Instruktør (Sortbelter)	_____	Underarm	_____
Assisterende instruktør	_____	Knivhånd	_____
Treningshall	_____	Knyttneve	_____
Treningsdrakt	_____	Tåball	_____
Nasjonallflagg	_____	Knivfot	_____
Hør etter! (hilseprosedyre)	_____	Hånd	_____
Hils (Bukk)	_____	Fot	_____
Klar	_____	Oppadstigende	_____
Paralell	_____	Firevending	_____
Start	_____	Tre steg sparring	_____
Stopp	_____	Selvforvar	_____
Slapp av	_____	Telling på Koreansk	_____
Tre av	_____	En	_____
Stilling	_____	To	_____
Sitte-stilling	_____	Tre	_____
Gå-stilling	_____	Fire	_____
Punch	_____	Fem	_____
Blokk	_____	Seks	_____
Spark	_____	Sju	_____
Lav	_____	Åtte	_____
Middels	_____	Ni	_____
Høyt	_____	Ti	_____
Rett	_____	_____	_____
Omvendt	_____	_____	_____
Front	_____	_____	_____
Side	_____	_____	_____

De 5 Grunnprinsippene til Taekwon-Do: _____
