

# ESV München Ost Taekwondo

## Anwesenheitszettel

von \_\_\_\_\_ Tel. Nr. \_\_\_\_\_

für den **8. Kup, Gelb**  
bis zur Vorprüfung muss die Tabelle voll sein

Nr.	Datum	Unterschrift
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		
13		
14		
15		
16		
17		
18		
19		
20		
21		
22		
23		
24		

## Prüfungsinhalte

Grundschule

Steppübungen mit oder ohne Partner

Kibondonchak Olgul-Makki

Pratzenübungen

Partnerübungen - 1-Schritt-Kampf (Ilbo-Taeryon)

Freikampfübungen

Selbstverteidigung:

Ausweichen gegen Handangriffe

Selbst zupacken und festhalten

Theorie:

Koreanische und deutsche Bezeichnungen der gezeigten Techniken

1. Workshop	
2. Workshop	
Vorprüfung bestanden	