



Sabum-nim Sven Hagedorn
Sabum-nim Anthony Funk

3. Dan – schwarzer Gürtel



Prüfungsordnung

Hap-Ki-Do



3.Dan – schwarzer Gürtel

nab-pop:

Falltechniken:

nach allen Seiten in sehr guter Technik

chok-sul:

Fußtechniken:

Tymion-Sangdan-Chungdan-Ab-Chaggi
Tymion-Sangdan-Chungdan-Job-Chaggi

Lehrbefähigung:

-Techniken aus dem Programm 6 Kup
bis 2.Dan beispielhaft erklären/zeigen

hosin-sul:

Selbstverteidigungstechniken:

Chang-Pong-Sul

Techniken mit dem langen Stock (1,80m)

Chang-Pong-Chiruggi-Makki	(5 Techniken)	- Schlagabwehr
Chang-Pong-Chok-Sul-Makki	(5 Techniken)	- Fußabwehr
Chang-Pong-Kall-Makki	(10 Techniken)	- Messerabwehr
Chang-Pong-In-Je-Ap-Sul	(10 Techniken)	- Abwehr zweier Angreifer

Taeryon:

Kampf:

-freie Selbstverteidigung gegen
3 Angreifer

Kyek-Pa:

Bruchtest:

doppelt mit Handkante
doppelt mit Faust
gleichzeitig Job-Chaggi und Faust



Chang-Pong-Sul Grundschule Verteidigung



1	Chungdan - Makki Block zur rechten Seite				
2	Chungdan - Makki Block zur linken Seite				
3	Hadan – Makki Block nach unten				
4	Sangdan – Makki Block nach oben				



Chang-Pong-Sul Grundschule Angriffe



1	Sangdan – Chiruggi Schlag zur rechten Seite				
2	Sangdan – Chiruggi Schlag zur linken Seite				
3	Chungdan – Chiruggi Schlag zur Mitte rechts				
4	Chungdan – Chiruggi Schlag zur Mitte links				



Chang-Pong-Chiruggi-Makki



1



2





Chang-Pong-Chiruggi-Makki



3



4



5





Chang-Pong-Chok-Sul-Makki



1



2



3



4





Chang-Pong-Chok-Sul-Makki



5





Chang-Pong-Kall-Makki



1



Florettstich zum Bauch



2





Chang-Pong-Kall-Makki



3



4



5





Chang-Pong-Kall-Makki



6



Messerstich von oben



7



8





Chang-Pong-Kall-Makki



9



10





Chang-Pong-In-Je-Ap-Sul



1



2



3





Chang-Pong-In-Je-Ap-Sul



4



Faustangriff einer rechts einer links



5



Angriff Ab-Chaggi



6



7





Chang-Pong-In-Je-Ap-Sul



8



Angriff Dollio-Chaggi



9





Chang-Pong-In-Je-Ap-Sul



10



Angriff Pandae-Dollo-Chaggi

