

ESV München Ost Taekwondo

Anwesenheitszettel

von _____

für den 7. Kup, Gelb-Grün

Prüfungsinhalte

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		

Grundschrift
 Taeguk Il-Chang
 Prätzenübungen
 Partnerübungen - 1-Schritt-Kampf (Ilbo-Taeryon)
 Freikampfübungen
 Selbstverteidigung:
 einfache Übungen aus der Fallschule zur Verletzungsprävention
 Theorie:
 Koreanische und deutsche Bezeichnungen der gezeigten Techniken
 Notwehrrecht sinngemäß und geistige Hintergründe des TKD

1. Workshop	
2. Workshop	
Vorprüfung bestanden	