

Für den:

9. Kup (weiß mit gelbem Streifen)

Grundübungen:	im Stand und in Bewegung, Überprüfung 10. Kup im Stand
Grundstellungen:	Narani sogi Narani chumbi sogi Moa-chumbi sogi Annun sogi Gunnun sogi Niunja sogi
Grundschule:	Chaju makki Chaju chirugi
Handtechniken:	Palmok makki Apchomuk ap chirugi Pakkat palmok najunde makki
Fußtechniken:	Apcha busigi Ap cha olligi
Partnerübungen:	
Sambo matsoki:	3 Kombinationen (weitere auf Verlangen der Prüfer)
Theorie:	Dojang Etikette Name und Erklärung der Stellungen, Techniken, Tulbedeutung

Für den:

8. Kup (gelb)

Alle Techniken, Formen und Anforderungen der voran gegangenen Prüfungen können auf Verlangen der Prüfer abgeprüft werden

Grundübungen:	alle Handtechniken, Fußtechniken und Stellungen der ersten Form
Handtechniken:	Sonkal daebi makki Sonkal yop taerigi Anpalmok makki
Fußtechniken:	Yopcha chirugi
Partnerübungen:	
Sambo Matsoki:	mind. 3 Kombinationen (weitere auf Verlangen der Prüfer)
Theorie:	Tulbedeutung, Name und Erklärung der Stellungen, Techniken
Tul:	Chon-ji Tul

Für den:

7. Kup (gelb mit grünem Streifen)

Alle Techniken, Formen und Anforderungen der voran gegangenen Prüfungen können auf Verlangen der Prüfer abgeprüft werden

Grundübungen:	alle Handtechniken, Fußtechniken und Stellungen der zweiten Form
Handtechniken:	Tupalmok makki
Fußtechniken:	Tollyo chagi
Partnerübungen:	
Sambo matsoki:	mind. 5 Techniken (weitere auf Verlangen der Prüfer)
Theorie:	Tulbedeutung, Name und Erklärung der Stellungen, Techniken, Kampfbegel
Tul:	Tan-gun Tul

Für den:

6. Kup (grün)

Alle Techniken, Formen und Anforderungen der voran gegangenen Prüfungen können auf Verlangen der Prüfer abgeprüft werden

Grundübungen:	alle Handtechniken, Fußtechniken und Stellungen der dritten Form
Handtechniken:	
Fußtechniken:	Naeryo chagi Tora yop chagi Paltung chagi
Partnerübungen:	
Sambo matsoki:	mind. 5 Kombinationen (weitere auf Verlangen der Prüfer)
Ibo matsoki:	mind. 5 Kombinationen (weitere auf Verlangen der Prüfer)
Ilbo matsoki:	mind. 5 Kombinationen (weitere auf Verlangen der Prüfer)
Chaju matsoki:	mind. 5 Techniken (weitere auf Verlangen der Prüfer)
Hosinsul:	Schocktechniken
Bruchtest-Kyok pa:	Sonkal yop taerigi oder Sonkal anuro yop taerigi und Ap chagi oder Yop chagi 1xHandbruchtest <u>oder</u> (anderer Bruchtest nach Absprache der Prüfer) 1xFußbruchtest
Theorie:	Tulbedeutung, Sinn der Techniken Name und Erklärung der Stellungen, Techniken, Kampfbegel
Tul:	To-san Tul

Für den:

5. Kup (grün mit blauem Streifen)

Alle Techniken, Formen und Anforderungen der voran gegangenen Prüfungen können auf Verlangen der Prüfer abgeprüft werden

Grundübungen: alle Handtechniken, Fußtechniken und Stellungen der vierten Form

Handtechniken:

Fußtechniken: Nopi chagi
gesteppte und gesprungene Techniken

Partnerübungen:

Sambo matsoki: mind. 5 Kombinationen (weitere auf Verlangen der Prüfer)
Ibo matsoki: mind. 5 Kombinationen (weitere auf Verlangen der Prüfer)
Ilbo matsoki: mind. 5 Kombinationen (weitere auf Verlangen der Prüfer)
Panjaju matsoki: mind. 5 Techniken (weitere auf Verlangen der Prüfer)
Chaju matsoki: 1 min (länger auf Verlangen der Prüfer)

Hosinsul: lösen von Haltegriffen 3 Aktionen gegen Festhalten mit Schock- und Lösetechnik

Bruchtest-Kyok pa: Ap palkup tulki, Yop palkup tulki, Apcha busigi oder Yop chagi
1xHandbruchtest oder (anderer Bruchtest nach Absprache der Prüfer)
1xFußbruchtest

Theorie: Tulbedeutung, Name und Erklärung der Stellungen, Techniken, Kampfbegriffe

Tul: Won-hyo Tul

Für den:

4. Kup blau

Alle Techniken, Formen und Anforderungen der voran gegangenen Prüfungen können auf Verlangen der Prüfer abgeprüft werden

Grundübungen: alle Handtechniken, Fußtechniken und Stellungen der fünften Form

Handtechniken: Nullo makki
Hullyo makki
Ollyo makki

Fußtechniken: Dwyt chagi
Cha mum chugi

Partnerübungen:

Sambo matsoki: mind. 5 Kombinationen (weitere auf Verlangen der Prüfer)
Ibo matsoki: mind. 5 Kombinationen (weitere auf Verlangen der Prüfer)
Ilbo matsoki: mind. 5 Kombinationen (weitere auf Verlangen der Prüfer)
Panjaju matsoki: mind. 5 Techniken (weitere auf Verlangen der Prüfer)
Chaju matsoki: 1,5 min (länger auf Verlangen der Prüfer)

Hosinsul: mind. 5 Aktionen gegen Festhalten mit Schock- und Lösetechnik

Bruchtest: Sonkal dung taerigi oder Sonkal anuro yop taerigi und
1xHandbruchtest und Tollyo chagi oder Twymyo yopchagi (anderer Bruchtest nach Absprache der Prüfer)
1xFußbruchtest

Theorie: Tulbedeutung, Sinn der Techniken, Name und Erklärung der Form, Stellungen, Techniken, Kampfregeln, Kampfkommandos, Begriff der Selbsthilfe (strafrechtlich), Notwehrparagraf

Tul: Yul-kok Tul

Für den:

3. Kup (blau mit rotem Streifen)

Alle Techniken, Formen und Anforderungen der voran gegangenen Prüfungen können auf Verlangen der Prüfer abgeprüft werden

Grundübungen: alle Handtechniken, Fußtechniken und Stellungen der sechsten Form

Handtechniken: Miro makki

Fußtechniken: Pandae tollyo chagi
Goro chagi

Partnerübungen:

Sambo matsoki: mind. 5 Kombinationen (weitere auf Verlangen der Prüfer)
Ibo matsoki: mind. 5 Kombinationen (weitere auf Verlangen der Prüfer)
Ilbo matsoki: mind. 5 Kombinationen (weitere auf Verlangen der Prüfer)
Panjaju matsoki: mind. 5 Techniken (weitere auf Verlangen der Prüfer)
Chaju matsoki: 2 min (länger auf Verlangen der Prüfer)

Hosinsul: 4 Aktionen gegen Würgen

Bruchtest-Kyok pa: Yop cha chirugi oder Nopi chagi oder Twymyo ap chagi und
1xHandbruchtest und Apchumuk ap chirugi (anderer Bruchtest nach Absprache der Prüfer)
1xFußbruchtest

Theorie: Tulbedeutung, Name und Erklärung der Stellungen, Techniken, Kampfregeln, Ziele des TKD, Kampfkommandos, Begriff der Selbsthilfe (strafrechtlich), Notwehrparagraf

Tul: Chun-gun Tul

Für den:

2. Kup (rot)

Alle Techniken, Formen und Anforderungen der voran gegangenen Prüfungen können auf Verlangen der Prüfer abgeprüft werden

Handtechniken: Handtechniken, Fußtechniken und Stellungen der siebten Form

Fußtechniken: Pituro chagi,
Anuro naeryot chagi

Partnerübungen:

Sambo matsoki: mind. 5 Kombinationen (weitere auf Verlangen der Prüfer)

Ibo matsoki: mind. 5 Kombinationen (weitere auf Verlangen der Prüfer)

Ilbo matsoki: mind. 5 Kombinationen (weitere auf Verlangen der Prüfer)

Panjaju matsoki: mind. 5 Techniken (weitere auf Verlangen der Prüfer)

Chaju matsoki: 2 min (länger auf Verlangen der Prüfer)

Hosinsul: 4 Aktionen gegen Stockangriff

Bruchtest-Kyok pa: Tollyo chagi, Naeryot chagi, Tymin tollyo oder Tymin nopi chagi und
1xHandbruchtest und Sonkal dung taerigi oder Ap chomuk chirugi (anderer Bruchtest nach Absprache
1xFußbruchtest der Prüfer)

Theorie: Tulbedeutung, Name und Erklärung der Stellungen, Techniken, Kampfregeln,
Ziele des TKD, Kampfkommandos, Begriff der Selbsthilfe (strafrechtlich),
Notwehrparagraf, Kampfrichterlizenz

Tul: Toi-gye Tul

Für den:

1. Kup (rot mit schwarzem Streifen)

Alle Techniken, Formen und Anforderungen der voran gegangenen Prüfungen können auf Verlangen der Prüfer abgeprüft werden

Grundübungen: alle Handtechniken, Fußtechniken und Stellungen der achten Form

Handtechniken:

Fußtechniken: Twymyo tira tora yop chagi
Twymyo dwit chagi

Partnerübungen:

Sambo matsoki: mind. 5 Kombinationen (weitere auf Verlangen der Prüfer)
lbo matsoki: mind. 5 Kombinationen (weitere auf Verlangen der Prüfer)
Ilbo matsoki: mind. 5 Kombinationen (weitere auf Verlangen der Prüfer)
Panjaju matsoki: mind. 5 Techniken (weitere auf Verlangen der Prüfer)
Chaju matsoki: 2 min (länger auf Verlangen der Prüfer)
Hosinsul: 4 Aktionen gegen Messerangriff

Bruchtest-Kyok pa:

4x Bruchtest : Ap chomuk ap chirugi oder Dung chomuk taerigi oder Sonkal dung taerigi
1xHandbruchtest (anderer Bruchtest nach Absprache der Prüfer)
2xFußbruchtest Tollyo chagi, Pandae tollyo chagi in Folge
1xFußbruchtest
gesprungen

Theorie: Tulbedeutung, Name und Erklärung der Stellungen, Techniken, Kampfregeln, Ziele des TKD, Kampfkommandos, Begriff der Selbsthilfe (strafrechtlich), Notwehrparagraf, Kampfrichterlizenz

Tul: Hwa-rang Tul

Für den:

- 1. Dan (schwarzer Gürtel) Mindestalter: 16 Jahre; Vorbereitungszeit: 12 Monate ab Prüfung zum 1.Kup
- 1. Poom (rot-schwarz Gürtel) Mindestalter: 14 Jahre; Vorbereitungszeit: 12 Monate ab Prüfung zum 1.Kup

Alle Techniken, Formen und Anforderungen der voran gegangenen Prüfungen können auf Verlangen der Prüfer abgeprüft werden

Grundübungen: alle Handtechniken, Fußtechniken und Stellungen der neunten Form

Handtechniken:

Fußtechniken:

Spezialtechniken:

Doppelhandtechniken 5 selber angesagt (oder auf Ansage der Prüfer)

Doppelfußtechniken 5 selber angesagt (oder auf Ansage der Prüfer)

Partnerübungen:

Sambo matsoki: mind. 5 Kombinationstechniken (weitere auf Verlangen der Prüfer)

Ibo matsoki: mind. 10 Kombinationstechniken (weitere auf Verlangen der Prüfer)

Ilbo matsoki: mind. 10 Kombinationstechniken (weitere auf Verlangen der Prüfer)

Panjaju matsoki: mind. 10 Kombinationstechniken mit Konter (alle Konter bedingen einen Gegenkonter) (weitere auf Verlangen der Prüfer)

Chaju matsoki: auf Verlangen der Prüfer, mind. 2min SK **und** 2 min Freikampf

Hosinsul: je 2 Aktionen gegen Festhalten und Würgen, je 4 Aktionen gegen Stock- und Messerangriff, weitere auf Verlangen der Prüfer
gegen 2 Angreifer einer unbewaffnet und einer mit Stock oder Messer bewaffnet

Bruchtest:

4x Bruchtest:

1 Handbruchtest

2 Fußbruchtests Tollyo chagi, Pandae tollyo chagi in Reihe,

1 gesprungener Fußbruchtest

(nach Absprache der Prüfer)

Theorie:

Referat auf Verlangen der Prüfer

Doppelhand- und Fußtechniken sind beim 2. Danvorbereitungstraining schriftlich abzugeben

schriftliche oder mündliche Theorie (Allgemeinwissen incl. Tul) werden beim 2. Danvorbereitungslehrgang abgefordert

Tul:

alle Tul von Chon ji bis Chung-mu

2 Formen aus Chon-ji -Toi-gye und die 2 Formen Hwa-rang und Chung-mu

Lehrgänge:

Nachweis von 2 Danvorbereitungslehrgängen und 1 gültige Kampfrichterlizenz

Für den:

2. Dan (schwarzer Gürtel) Mindestalter: 18 Jahre; Vorbereitungszeit: 18 Monate ab Prüfung zum 1.Dan
2. Poom (rot-schwarz Gürtel) Mindestalter: 16 Jahre; Vorbereitungszeit: 18 Monate ab Prüfung zum 1.Poom

Alle Techniken, Formen und Anforderungen der voran gegangenen Prüfungen können auf Verlangen der Prüfer abgeprüft werden

Grundübungen: alle Handtechniken, Fußtechniken und Stellungen der 10, 11 und 12 Form

Handtechniken:

Fußtechniken:

Spezialtechniken:

Doppelhandtechniken 5 selber angesagt (oder auf Ansage der Prüfer)

Doppelfußtechniken 5 selber angesagt (oder auf Ansage der Prüfer)

Partnerübungen:

Sambo matsoki: mind. 5 Kombinationstechniken (weitere auf Verlangen der Prüfer)

Ibo matsoki: mind. 10 Kombinationstechniken (weitere auf Verlangen der Prüfer)

Ilbo matsoki: mind. 10 Kombinationstechniken (weitere auf Verlangen der Prüfer)

Panjaju matsoki: mind. 10 Kombinationstechniken mit Konter (alle Konter bedingen einen Gegenkonter) (weitere auf Verlangen der Prüfer)

Chaju matsoki: auf Verlangen der Prüfer, mind. 2min SK **und** 2 min Freikampf - ansonsten Kampfrichterpunkte im Formen / Kampf (gelten als Ersatz)

Chockyo matsoki: Fußkampf

Hosinsul: Überprüfung bis 1. Dan / Poom, je 4 Aktionen gegen Stock- und Messerangriffe in freier Form weitere auf Verlangen der Prüfer gegen 3 Angreifer zwei unbewaffnet und einer mit Stock oder Messer bewaffnet

Bruchtest: **4x Bruchtest:**
1 Handbruchtest
2 gesprungene Fußbruchtests
1 Fußbruchtest
(nach Absprache der Prüfer)

Theorie: Referat auf Verlangen der Prüfer
Doppelhand- und Fußtechniken sind beim 2. Danvorbereitungstraining schriftlich abzugeben
schriftliche oder mündliche Theorie (Allgemeinwissen incl. Tul) werden beim 2. Danvorbereitungslehrgang abgefordert

Tul: alle Tul von Toi-gye bis Ge-baek
1 Form aus Toi-gye - Chung-mu und die 3 Formen Gwan-gae - Ge-baek

Lehrgänge: Nachweis von 2 Danvorbereitungslehrgängen in Folge und 1 gültige Kampfrichterlizenz

Für den:

3. Dan (schwarzer Gürtel) Mindestalter: 21 Jahre; Vorbereitungszeit: 24 Monate ab Prüfung zum 2.Dan

Alle Techniken, Formen und Anforderungen der voran gegangenen Prüfungen können auf Verlangen der Prüfer abgeprüft werden

Grundübungen: alle Handtechniken, Fußtechniken und Stellungen der 13, 14 und 15 Form

Handtechniken:

Fußtechniken:

Spezialtechniken:

Doppelhandtechniken 5 selber angesagt (oder auf Ansage der Prüfer)

Doppelfußtechniken 5 selber angesagt (oder auf Ansage der Prüfer)

Partnerübungen:

Sambo matsoki: mind. 5 Kombinationstechniken (weitere auf Verlangen der Prüfer)

Ibo matsoki: mind. 10 Kombinationstechniken (weitere auf Verlangen der Prüfer)

Ilbo matsoki: mind. 10 Kombinationstechniken (weitere auf Verlangen der Prüfer)

Panjaju matsoki: mind. 10 Kombinationstechniken mit Konter (alle Konter bedingen einen Gegenkonter) (weitere auf Verlangen der Prüfer)

Chaju matsoki: auf Verlangen der Prüfer, mind. 2min SK **und** 2 min Freikampf - ansonsten Kampfrichterpunkte im Formen / Kampf (gelten als Ersatz)

Chockyo matsoki: Fußkampf

Hosinsul: gegen 4 Angreifer, davon einer mit Stock und einer mit Messer bewaffnet (weitere auf Verlangen der Prüfer)

Bruchtest:

4x Bruchtest:

1 Handbruchtest

1 Fußbruchtest

2 gesprungene Fußbruchtests

(nach Absprache der Prüfer)

Theorie:

Referat auf Verlangen der Prüfer

Doppelhand- und Fußtechniken sind beim 2. Danvorbereitungstraining schriftlich

abzugeben

schriftliche oder mündliche Theorie (Allgemeinwissen incl. Tul) werden beim 2. Danvorbereitungslehrgang abgefordert

Tul:

alle Tul von Gwan-gae Tul bis Juche Tul

(wahlweise Kodang Tul statt Juche Tul)

1 Form aus Gwan-gae - Ge-baek und die 3 Formen Eui-am - Juche

Lehrgänge:

Kampfrichterlizenz

Nachweis von 3 Danvorbereitungslehrgängen in Folge und 1 gültige

Für den:

4. Dan (schwarzer Gürtel) Mindestalter: 28 Jahre; Vorbereitungszeit: 36 Monate ab Prüfung zum 3.Dan

Alle Techniken, Formen und Anforderungen der voran gegangenen Prüfungen können auf Verlangen der Prüfer abgeprüft werden

Grundübungen: alle Handtechniken, Fußtechniken und Stellungen der 16, 17 und 18 Form

Handtechniken:

Fußtechniken:

Spezialtechniken:

Doppelhandtechniken 5 selber angesagt (oder auf Ansage der Prüfer)

Doppelfußtechniken 5 selber angesagt (oder auf Ansage der Prüfer)

Partnerübungen:

Ibo matsoki: mind. 10 Kombinationstechniken (weitere auf Verlangen der Prüfer)

Ilbo matsoki: mind. 10 Kombinationstechniken (weitere auf Verlangen der Prüfer)

Panjaju matsoki: mind. 10 Kombinationstechniken mit Konter (alle Konter bedingen einen Gegenkonter) (weitere auf Verlangen der Prüfer)

Chaju matsoki: auf Verlangen der Prüfer, mind. 2min SK **und** 2 min Freikampf - ansonsten Kampfrichterpunkte im Formen / Kampf (gelten als Ersatz)

Chockyo matsoki: Fußkampf

Hosinsul: aus folgenden Positionen: stehend, sitzend, liegend
(weitere auf Verlangen der Prüfer)

Bruchtest-Kyok pa: **4x Bruchtest:**
1 Spezialbruchtest
1 Handbruchtest
1 Fußbruchtest
1 gesprungener Fußbruchtest
(nach Absprache der Prüfer)

Theorie: Referat auf Verlangen der Prüfer
Doppelhand- und Fußtechniken sind beim 2. Danvorbereitungstraining schriftlich abzugeben, schriftliche oder mündliche Theorie (Allgemeinwissen incl. Tu) werden beim 2.Danvorbereitungslehrgang abgefordert

Tul: alle Tul von Eui-am - Choi-jong Tul
(wahlweise Kodang Tul statt Juche Tul)
1 Form aus Eui-am - Juche und die 3 Formen Sam-il - Choi-jong

Lehrgänge: Nachweis von 4 Danvorbereitungslehrgängen und Nachweis einer gültigen
Kampfrichterlizenz, Referent bei der Danvorbereitung
(Danvorbereitung 1+2 sowie Prüfungsreferent), 1 Jahr Trainertätigkeit im Verein

Für den:

5. Dan (schwarzer Gürtel) Mindestalter: 35 Jahre; Vorbereitungszeit: 48 Monate ab Prüfung zum 4.Dan

Alle Techniken, Formen und Anforderungen der voran gegangenen Prüfungen können auf Verlangen der Prüfer abgeprüft werden

Grundübungen: alle Handtechniken, Fußtechniken und Stellungen der 19, 20 und 21 Form

Handtechniken:

Fußtechniken:

Spezialtechniken:

Doppelhandtechniken 5 selber angesagt (oder auf Ansage der Prüfer)

Doppelfußtechniken 5 selber angesagt (oder auf Ansage der Prüfer)

Partnerübungen:

Ibo matsoki: mind. 10 Kombinationstechniken (weitere auf Verlangen der Prüfer)

Ilbo matsoki: mind. 10 Kombinationstechniken (weitere auf Verlangen der Prüfer)

Panjaju matsoki: mind. 10 Kombinationstechniken mit Konter (alle Konter bedingen einen Gegenkonter) (weitere auf Verlangen der Prüfer)

Chaju matsoki: auf Verlangen der Prüfer, mind. 2min SK **und** 2 min Freikampf - ansonsten Kampfrichterpunkte im Formen / Kampf (gelten als Ersatz)

Chockyo matsoki: Fußkampf

Hosinsul: aus folgenden Positionen: stehend, sitzend, liegend
(weitere auf Verlangen der Prüfer)

Bruchtest:

4x Bruchtest:

1 Spezialbruchtest

1 Handbruchtest

1 Fußbruchtest

1 gesprungener Fußbruchtest

(nach Absprache der Prüfer)

Theorie:

Referat auf Verlangen der Prüfer

Doppelhand- und Fußtechniken sind beim 2. Danvorbereitungstraining schriftlich abzugeben, schriftliche oder mündliche Theorie (Allgemeinwissen incl. Tul) werden beim 2.Danvorbereitungslehrgang abgefordert

Tul:

alle Tul von Sam-il –Moon-Moo Tul

1 Form aus Sam-il - Choi-jong und die 3 Formen Yong-gae – Moon-Moo

Lehrgänge:

Nachweis von 4 Danvorbereitungslehrgängen und Nachweis einer gültigen Kampfrichterlizenz, Referent bei der Danvorbereitung (Danvorbereitung 1+2 sowie Prüfungsreferent), 1 Jahr Trainertätigkeit im Verein

Für den:

6. Dan (schwarzer Gürtel) Mindestalter: 40 Jahre; Vorbereitungszeit: 60 Monate ab Prüfung zum 5.Dan

Alle Techniken, Formen und Anforderungen der voran gegangenen Prüfungen können auf Verlangen der Prüfer abgeprüft werden

Grundübungen: alle Handtechniken, Fußtechniken und Stellungen der 22, 23 und 24 Form

Handtechniken:

Fußtechniken:

Spezialtechniken:

Doppelhandtechniken 5 selber angesagt (oder auf Ansage der Prüfer)

Doppelfußtechniken 5 selber angesagt (oder auf Ansage der Prüfer)

Partnerübungen:

Ibo matsoki: mind. 10 Kombinationstechniken (weitere auf Verlangen der Prüfer)

Ilbo matsoki: mind. 10 Kombinationstechniken (weitere auf Verlangen der Prüfer)

Panjaju matsoki: mind. 10 Kombinationstechniken mit Konter (alle Konter bedingen einen Gegenkonter) (weitere auf Verlangen der Prüfer)

Chaju matsoki: auf Verlangen der Prüfer, mind. 2min SK **und** 2 min -, ansonsten Kampfrichterpunkte im Formen / Kampf (gelten als Ersatz)

Chockyo matsoki: Fußkampf

Hosinsul: aus folgenden Positionen: stehend, sitzend, liegend gegen bewaffnete und unbewaffnete Angriffe (weitere auf Verlangen der Prüfer)

Bruchtest:

4x Bruchtest:

1 Spezialbruchtest

1 Handbruchtest

1 Fußbruchtest

1 gesprungener Fußbruchtest

(nach Absprache der Prüfer)

Theorie:

Referat auf Verlangen der Prüfer

Doppelhand- und Fußtechniken sind beim 2. Danvorbereitungstraining schriftlich abzugeben, schriftliche Theorie (Allgemeinwissen incl. Tul) werden beim 2.Danvorbereitungslehrgang abgefordert

Tul:

alle Tul von Yong-gae -Tong-il Tul

1 Form aus Yong-gae – Moon-Moo und die 3 Formen So-san - Tong-il

Lehrgänge:

Kampfrichterlizenz,

Nachweis von 5 Danvorbereitungslehrgängen, Nachweis einer gültigen

Referent bei der Danvorbereitung (Danvorbereitung 1+2 sowie

Prüfungsreferent), 1 Jahr Trainertätigkeit im Verein