



ITO

Dan - Prüfungsordnung Taekwondo



1. Dan Vorbereitungszeit 1 Jahr, mindest Alter 14 Jahre

Form Nr. 9

Ilbo Taerejon

Wettkampf – Sparring

Pratze:

Fußtechniken, einzeln und in Kombinationen, aus der Grundschule und dem Wettkampf nach Vorgabe der Prüfer.

Hosinsul

Alle Techniken des Vorprogramms oder SV-Demo Programm.

Bruchtest:

2 verschiedene Handtechnik und zwei verschiedene Fußtechniken in Kombination.

2. Dan Vorbereitungszeit 2 Jahre, mindest Alter 18 Jahre

Hyong 10 – 12 oder Poomse 10 + 11

Ilbo Taerejon

Wettkampf – Sparring

Pratze:

Fußtechniken, einzeln und in Kombinationen, aus der Grundschule und dem Wettkampf nach Vorgabe der Prüfer.

Hosinsul

gegen zwei Angreifer, zusätzlich zu den Techniken des Vorprogramms, oder SV-Demo Programm.

Bruchtest:

2 verschiedene Handtechnik und zwei Fußtechniken in Kombination.
Ein Bruchtest in einer frei gewählten Form.



ITO

Dan - Prüfungsordnung Taekwondo



3. Dan Vorbereitungszeit 3 Jahre, mindest Alter 25 Jahre

Hyong 13 – 15 oder Poomse 12 + 13

Ilbo Taerejon

Wettkampf – Sparring

Pratze:

Fußtechniken, einzeln und in Kombinationen, aus der Grundschule und dem Wettkampf nach Vorgabe der Prüfer.

Hosinsul

gegen zwei Angreifer, mit und ohne Waffen, zusätzlich zu den Techniken des Vorprogramms, oder SV-Demo Programm.

Bruchtest:

2 verschiedene Handtechnik und drei Fußtechniken davon zwei in Kombination und eine eingedreht oder gesprungen.

Spezialbruchtest (Power oder Akrobatik)

Einen Fußbruchtest in einer frei gewählten Form.

4. Dan Vorbereitungszeit 4 Jahre, mindest Alter 35 Jahre

Hyong 16 – 18 oder Poomse 14 + 15

Ilbo Taerejon

Wettkampf – Sparring

Pratze:

Fußtechniken, einzeln und in Kombinationen, aus der Grundschule und dem Wettkampf nach Vorgabe der Prüfer.

Hosinsul gegen zwei Angreifer, mit und ohne Waffen, zusätzlich zu den Techniken des Vorprogramms, oder SV-Demo Programm.

Bruchtest:

2 verschiedene Handtechnik und vier Fußtechniken davon drei in Kombination und ein Spezialbruchtest (Power oder Akrobatik)

Zwei Bruchteste in einer frei gewählten Form, davon mindestens eine Fußtechnik.

Nachweis von Tätigkeiten für den Verein bzw. den Verband.



ITO

Dan - Prüfungsordnung Taekwondo



5. Dan Vorbereitungszeit 5 Jahre, mindest Alter 45 Jahre

Hyong 19 – 21 oder Poomse 16 + 17

Ilbo Taerejon

Wettkampf – Sparring

Pratze:

Fußtechniken, einzeln und in Kombinationen, aus der Grundschule und dem Wettkampf nach Vorgabe der Prüfer.

Hosinsul

gegen zwei Angreifer, mit und ohne Waffen, zusätzlich zu den Techniken des Vorprogramms, oder SV-Demo Programm.

Bruchtest:

2 verschiedene Handtechnik und 5 Fußtechniken davon vier in Kombination und ein Spezialbruchtest (Power oder Akrobatik)
Zwei Bruchteste in einer frei gewählten Form, davon mindestens eine Fußtechnik.

Nachweis von Tätigkeiten für den Verein bzw. den Verband.

6. Dan Vorbereitungszeit 5 Jahre, mindest Alter 50 Jahre

Hyong 22 – 24 oder Poomse 18

Ilbo Taerejon

Wettkampf – Sparring

Pratze:

Fußtechniken, einzeln und in Kombinationen, aus der Grundschule und dem Wettkampf nach Vorgabe der Prüfer.

Hosinsul

gegen zwei Angreifer, mit und ohne Waffen, zusätzlich zu den Techniken des Vorprogramms, oder SV-Demo Programm.

Bruchtest:

2 verschiedene Handtechnik und 5 Fußtechniken davon vier in Kombination und ein Spezialbruchtest (Power oder Akrobatik)
Zwei Bruchteste in einer frei gewählten Form, davon mindestens eine Fußtechnik.

Nachweis von Tätigkeiten für den Verein bzw. den Verband.