



*Sabum-nim Sven Hagedorn*  
*Sabum-nim Anthony Funk*

4. Kup – grüner Gürtel



## Prüfungsordnung

# Hap-Ki-Do

## 4.Kup – grüner Gürtel



### nab-pop:

### chok-sul:

pituro-chaggi  
twit-chaggi

### hosin-sul:

obok-sul (6 Techniken)  
chap-ki-sul (5 Techniken)  
mori-chap-chott-ul-sul (2 Techniken)  
mori-chap-chott-hae-sul (2 Techniken)  
yobdan-dobok-chiruggi-makki (2 Techniken)  
hadan-dobok-chiruggi-makki (3 Techniken)

### Taeryon:

### Theorie:

Grundbegriffe

### kyek-pa:

### Falltechniken:

- Vorwärts (laut, leise, über Hindernisse)
- Rückwärts (laut, leise, über Hindernisse)
- seitwärts
- Sturz vorwärts

### Fußtechniken:

- Fußtritt zur Seite
- Fußtritt nach hinten

### Selbstverteidigungstechniken:

- Fassen der Kleidung mit einer Hand
- Fassen der Kleidung mit zwei Händen
- Fassen der Haare von vorne
- Fassen der Haare von hinten
- Fassen des Revers
- Fassen des Revers von unten

### Kampf:

- freie Selbstverteidigung (2 min.)

### Bruchtest:

- 2cm Holz Außenhandkante



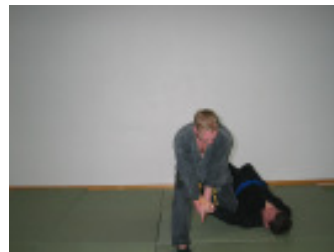
# obok-sul



1



2



3



4



5



6





# chap-ki-sul



1



2



3

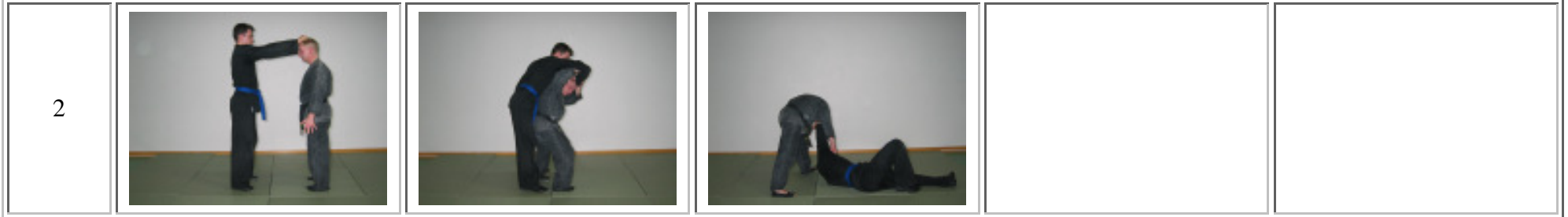
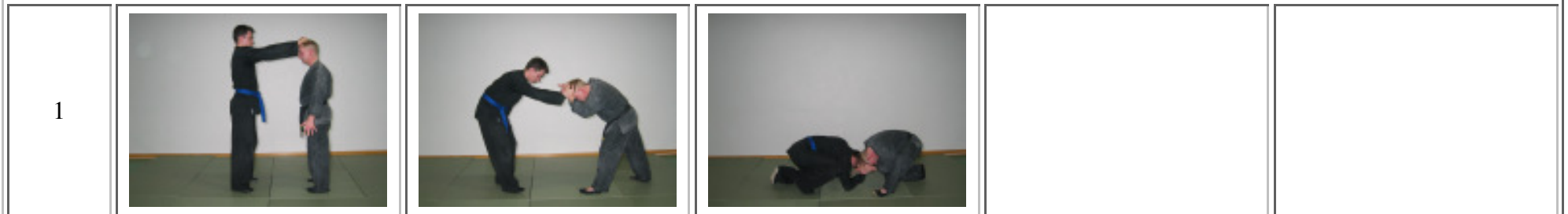


4





	<h1>mori-chap-chott-ul-sul</h1>	
---	---------------------------------	---





# mori-chap-chott-hae-sul



1



2

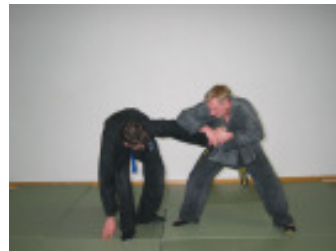




# yobdan-dobok-chiruggi-makki



1



2



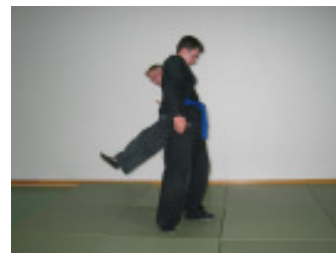




# hadan-dobok-chiruggi-makki



1



2



3

