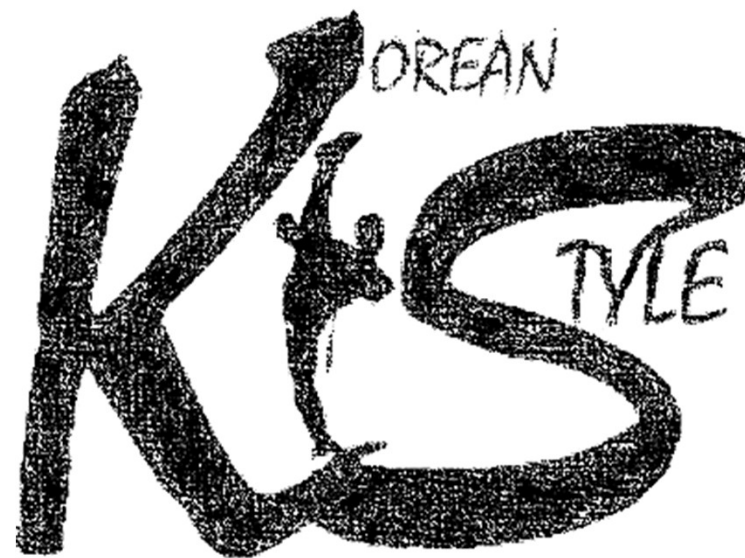


태권도



CLUB KOREAN STYLE VÉLEZ-MÁLAGA

Temario Examen Cambio de Grado

Revisiones:

Fecha	Actualización	Autor
Abril 2022	Creación y Revisión	Equipo Técnico Club

Todos los monitores que imparten clases y forman parte del equipo técnico, son monitores con la experiencia y titulación necesaria para el correcto aprendizaje del alumno.

POOMSAES

Cinturón Amarillo

Taeguk Il Chang (Obligatorio)

Taeguk I Chang (Sólo desarrollo / No obligatorio)

Cinturón Naranja

Taeguk Il Chang (Obligatorio)

Taeguk I Chang (Obligatorio)

Cinturón Verde

Taeguk Il Chang (Obligatorio)

Taeguk I Chang (Obligatorio)

Taeguk Sam Chang (Obligatorio)

Taeguk Sa Chang (Obligatorio)

Combinación 10 movimientos (Obligatorio)

POOMSAES

Cinturón Azul

Taeguk Il Chang (Obligatorio)

Taeguk I Chang (Obligatorio)

Taeguk Sam Chang (Obligatorio)

Taeguk Sa Chang (Obligatorio)

Taeguk Oh Chang (Obligatorio)

Taeguk Yuk Chang (Obligatorio)

Combinación 15 movimientos (Obligatorio)

POOMSAES

Cinturón Rojo

Taeguk Il Chang (Obligatorio)

Taeguk I Chang (Obligatorio)

Taeguk Sam Chang (Obligatorio)

Taeguk Sa Chang (Obligatorio)

Taeguk Oh Chang (Obligatorio)

Taeguk Yuk Chang (Obligatorio)

Combinación 20 movimientos (Obligatorio)

Cinturón Rojo

PARTE 1 – Prueba Teórica

El alumno deberá en esta prueba responder a las preguntas del examinador, indicando con las manos o verbalmente los lugares que este le indique.

ZONAS DEL CUERPO



OLGUL



MONTONG



ARE



CHUMOK



1 - AN PALMOK

2 - BAKAT PALMOK



DUNG CHUMOK

Cinturón Rojo

PARTE 1 – Prueba Teórica

El alumno deberá en esta prueba responder a las preguntas del examinador, indicando con las manos o verbalmente los lugares que este le indique.

ZONAS DEL CUERPO



SON KUT



SONNAL DUNG



SONNAL



AKUM SON



PALKUP



BATANG SON



AP CHUK



BALNAL

Cinturón Rojo

PARTE 1 – Prueba Teórica

El alumno deberá en esta prueba responder a las preguntas del examinador, indicando con las manos o verbalmente los lugares que este le indique.

ZONAS DEL CUERPO



TUIT CHUK



BAL DUNG



MURUP



ME CHUMOK

Cinturón Rojo

PARTE 2 – Prueba Técnica

El alumno deberá en esta prueba realizar las técnicas que el examinador le solicite.

SOGUI KISUL (Posiciones)



AP KUBI SOGUI



AP SOGUI



CHARYOT SOGUI



CHUCHUM SOGUI



MOA SOGUI



ORUN SOGUI



UEN SOGUI



PIONJI SOGUI

Cinturón Rojo

PARTE 2 – Prueba Técnica

El alumno deberá en esta prueba realizar las técnicas que el examinador le solicite.

SOGUI KISUL (Posiciones)



KIBON CHUMBI



NARANJI SOGUI



TUIT KUBI SOGUI



AP KOA SOGUI



TUIT KOA SOGUI



BOM SOGUI

Cinturón Rojo

PARTE 2 – Prueba Técnica

El alumno deberá en esta prueba realizar las técnicas que el examinador le solicite.

SON KISUL MAKI (Defensas)



ARE MAKI



OLGUL MAKI



MONTONG MAKI



MONTONG AN MAKI

Cinturón Rojo

PARTE 2 – Prueba Técnica

El alumno deberá en esta prueba realizar las técnicas que el examinador le solicite.

SON KISUL MAKI (Defensas)



AN PALMOK MONTONG MAKI



JAN SONNAL MONTONG MAKI



BAKAT PALMOK MONTONG MAKI



SONNAL MONTONG MAKI

Cinturón Rojo

PARTE 2 – Prueba Técnica

El alumno deberá en esta prueba realizar las técnicas que el examinador le solicite.

SON KISUL MAKI (Defensas)



BAKAT PALMOK GECHIO MONTONG MAKI



AN PALMOK GECHIO MONTONG MAKI



GECHIO ARE MAKI

Cinturón Rojo

PARTE 2 – Prueba Técnica

El alumno deberá en esta prueba realizar las técnicas que el examinador le solicite.

SON KISUL MAKI (Defensas)



BATANG SON NULO MAKI



BATANG SON MONTONG MAKI

Defensa con la palma de la mano de fuera hacía Dentro, igual que en Batang Son Montong Maki, Pero con distinta pierna y distinto brazo.

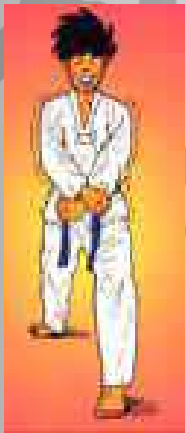
BATANG SON MONTONG AN MAKI

Cinturón Rojo

PARTE 2 – Prueba Técnica

El alumno deberá en esta prueba realizar las técnicas que el examinador le solicite.

SON KISUL MAKI (Defensas)



OKGORRO ARE MAKI



OKGORRO OLGUL MAKI



SONNAL OKGORRO ARE MAKI

Esta técnica es otra variante de la anterior efectuándose la ejecución de la misma a la zona alta del cuerpo (OLGUL).

SONNAL OKGORRO OLGUL MAKI

Cinturón Rojo

PARTE 2 – Prueba Técnica

El alumno deberá en esta prueba realizar las técnicas que el examinador le solicite.

SON KISUL MAKI (Defensas)



GODURO ARE MAKI



GODURO MONTONG MAKI



BITURO JANSONNAL OLGUL MAKI

Cinturón Rojo

PARTE 2 – Prueba Técnica

El alumno deberá en esta prueba realizar las técnicas que el examinador le solicite.

SON KISUL MAKI (Defensas)



GAWI MAKI

Cinturón Rojo

PARTE 2 – Prueba Técnica

El alumno deberá en esta prueba realizar las técnicas que el examinador le solicite.

SON KISUL GONG KIO (Ataques de brazo)



1. – CHUMOK OLGUL JIRUGUI (Ataque alto con el puño).

2. – CHUMOK MONTONG JIRUGUI (Ataque medio con el puño).

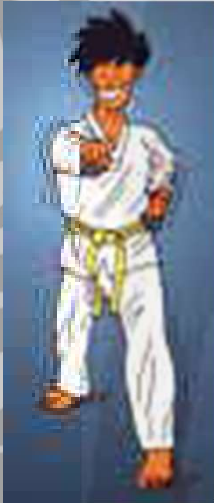
3. – CHUMOK ARE JIRUGUI (Ataque bajo con el puño).

Cinturón Rojo

PARTE 2 – Prueba Técnica

El alumno deberá en esta prueba realizar las técnicas que el examinador le solicite.

SON KISUL GONG KIO (Ataques de brazo)



CHUMOK MONTONG BARO JIRUGUI



CHUMOK MONTONG BANDE JIRUGUI



JAN SONNAL (AN/MOK) CHIGUI

Ataque doble de puño, siempre se realiza empezando con el brazo de la pierna adelantada.

CHUMOK DUBON MONTONG JIRUGUI

Ataque con el canto de las dos manos a la vez

DU SONNAL AN CHIGUI

Cinturón Rojo

PARTE 2 – Prueba Técnica

El alumno deberá en esta prueba realizar las técnicas que el examinador le solicite.

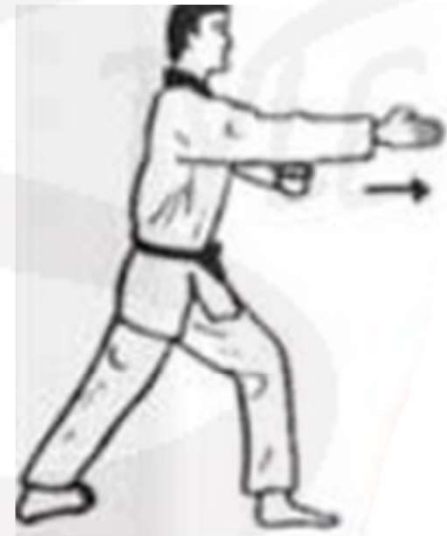
SON KISUL GONG KIO (Ataques de brazo)



ME CHUMOK NERYO CHIGUI



CHEBI PUM MOK CHIGUI



PYON SON KUT SEUO CHIRUGUI

Cinturón Rojo

PARTE 2 – Prueba Técnica

El alumno deberá en esta prueba realizar las técnicas que el examinador le solicite.

SON KISUL GONG KIO (Ataques de brazo)



DOLLYO PALKUP CHIGUI



YOP PALKUP CHIGUI



PALKUP PIOCHOK CHIGUI

Cinturón Rojo

PARTE 2 – Prueba Técnica

El alumno deberá en esta prueba realizar las técnicas que el examinador le solicite.

SON KISUL GONG KIO (Ataques de brazo)



CHUMOK CHECHO JIRUGUI



CHUMOK PIOCHOK JIRUGUI



CHUMOK YOP JIRUGUI



DANGKIO TOK JIRUGUI

Cinturón Verde

PARTE 2 – Prueba Técnica

El alumno deberá en esta prueba realizar las técnicas que el examinador le solicite.

BAL KISUL (Técnicas de pierna)



AP CHAGUI



BANDAL CHAGUI



DOLLYO CHAGUI



YOP CHAGUI

Cinturón Rojo

PARTE 2 – Prueba Técnica

El alumno deberá en esta prueba realizar las técnicas que el examinador le solicite.

BAL KISUL (Técnicas de pierna)



NERYO CHAGUI



NAKO CHAGUI



MON DOLLYO YOP CHAGUI



MIRO CHAGUI

Cinturón Rojo

PARTE 2 – Prueba Técnica

El alumno deberá en esta prueba realizar las técnicas que el examinador le solicite.

BAL KISUL (Técnicas de pierna)

Esta palabra significa **SALTO**, por lo tanto si le añadimos cualquier nombre de las técnicas de pierna (chagui) deberemos entender que se trata de una técnica de pierna saltando.



TUIO AP CHAGUI



MONDOLLYO NAKKO CHAGUI



TUIT CHAGUI

Cinturón Rojo

PARTE 2 – Prueba Técnica

El alumno deberá en esta prueba realizar las técnicas que el examinador le solicite.

BAL KISUL (Técnicas de pierna)



TUIO MONDOLLYO NAKKO CHAGUI



TUIO MONDOLLYO TUIT CHAGUI

Se realiza igual que el Tuit Chagui pero girando 360º

MONDOLLYO TUIT CHAGUI

Cinturón Rojo

PARTE 2 – Prueba Técnica

El alumno deberá en esta prueba realizar las técnicas que el examinador le solicite.

BAL KISUL (Técnicas de pierna)



TUIO MONDOLLYO YOP CHAGUI



FURIO CHAGUI



MONDOLLYO FURIO CHAGUI

Cinturón Rojo

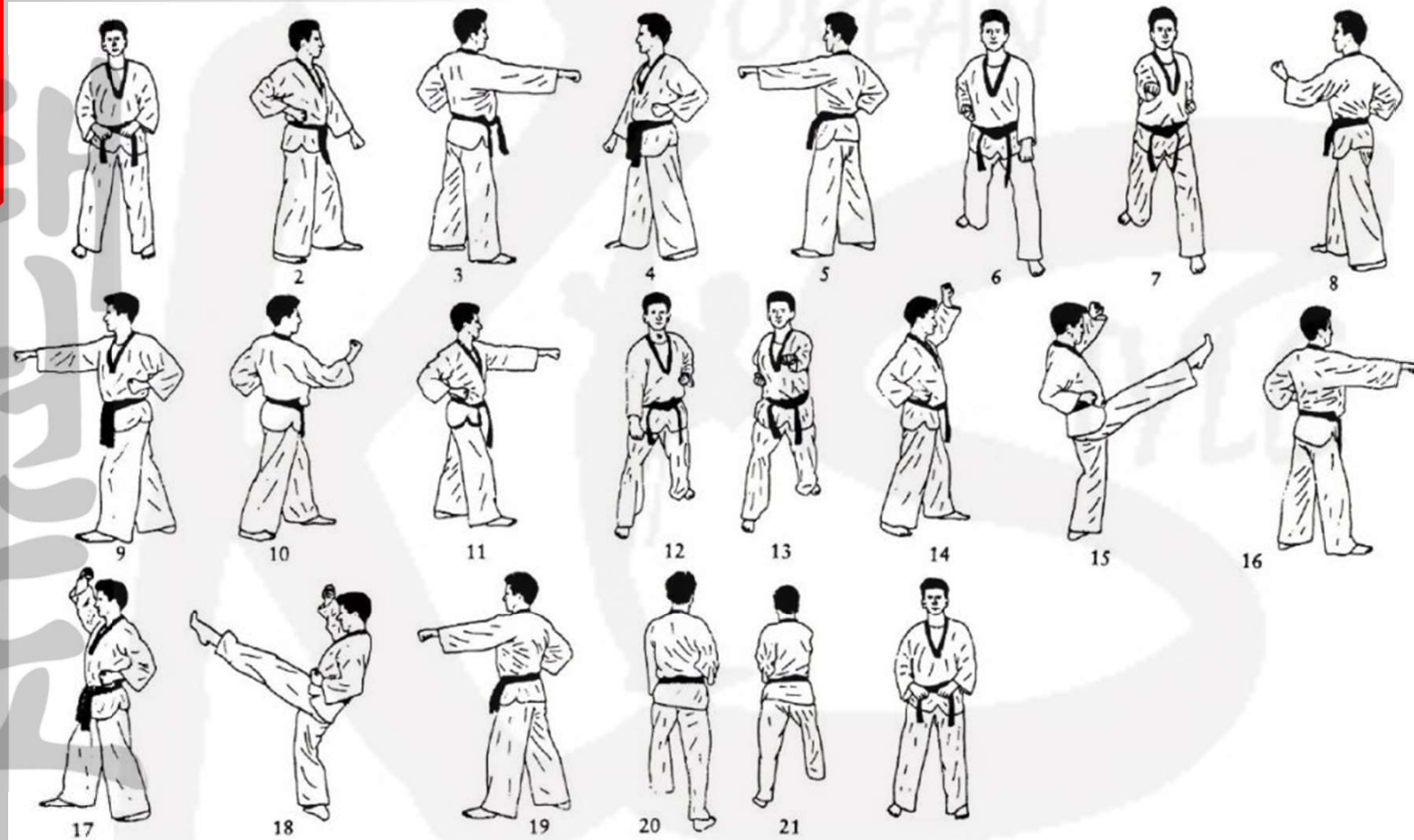
PARTE 3 – Poomsae

POOMSAE	SOLO DESARROLLO	REALIZAR COMPLETO
Taeguk Il Chang	No	Si
Taeguk I Chang	No	Si
Taeguk Sam Chang	No	Si
Taeguk Sa Chang	No	Si
Taeguk Oh Chang	No	Si
Taeguk Yuk Chang	No	Si
Taeguk Chill Chang	No	Si
Taeguk Pal Chang	No	Si
Koryo	Si	No
Combinación 20 movimientos mínimo	No	Si

TAE GUK IL CHANG

1	1	Ap sogui	Are maki
2	2	Ap sogui	Montong bande jirugui
3	3	Ap sogui	Are maki
4	4	Ap sogui	Montong bande jirugui
5	5	Ap kubi sogui	Are maki
6	6	Ap kubi sogui	Montong baro jirugui
7	7	Ap sogui	Montong an maki
8	8	Ap sogui	Montong baro jirugui
9	9	Ap sogui	Montong an maki
10	10	Ap sogui	Montong baro jirugui
11	11	Ap kubi sogui	Are maki
12	12	Ap kubi sogui	Montong baro jirugui
13	13	Ap sogui	Olgul maki
14	14		Ap chagui
14'	15	Ap sogui	Montong bande jirugui
15	16	Ap sogui	Olgul maki
16	17		Ap chagui
16'	18	Ap sogui	Montong bande jirugui
17	19	Ap kubi sogui	Are maki
18	20	Ap kubi sogui	Montong bande jirugui - KIAP

王

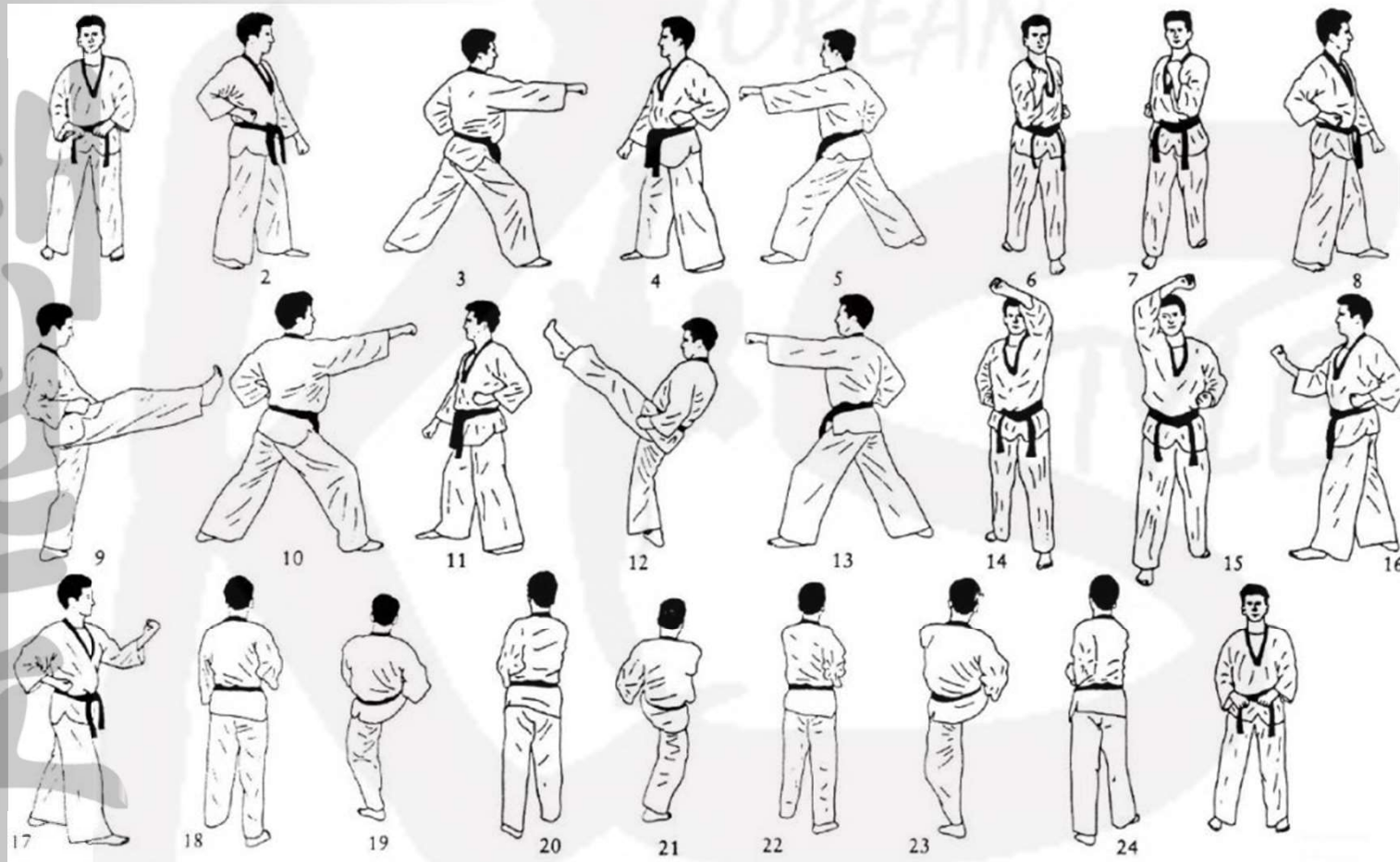


TAE GUK I CHANG



1	1	Ap sogui	Are maki
2	2	Ap kubi sogui	Montong bande jirugui
3	3	Ap sogui	Are maki
4	4	Ap kubi sogui	Montong bande jirugui
5	5	Ap sogui	Montong an maki
6	6	Ap sogui	Montong an maki
7	7	Ap sogui	Are maki
8	8		Ap chagui
8'	9	Ap kubi sogui	Olgul bande jirugui
9	10	Ap sogui	Are maki
10	11		Ap chagui
10'	12	Ap kubi sogui	Olgul bande jirugui
11	13	Ap sogui	Olgul maki
12	14	Ap sogui	Olgul maki
13	15	Ap sogui	Montong an maki
14	16	Ap sogui	Montong an maki
15	17	Ap sogui	Are maki
16	18		Ap chagui
16'	19	Ap sogui	Montong bande jirugui
17	20		Ap chagui
17'	21	Ap sogui	Montong bande jirugui
18	22		Ap chagui
18'	23	Ap sogui	Montong bande jirugui - KIAP

TAE GUK I CHANG

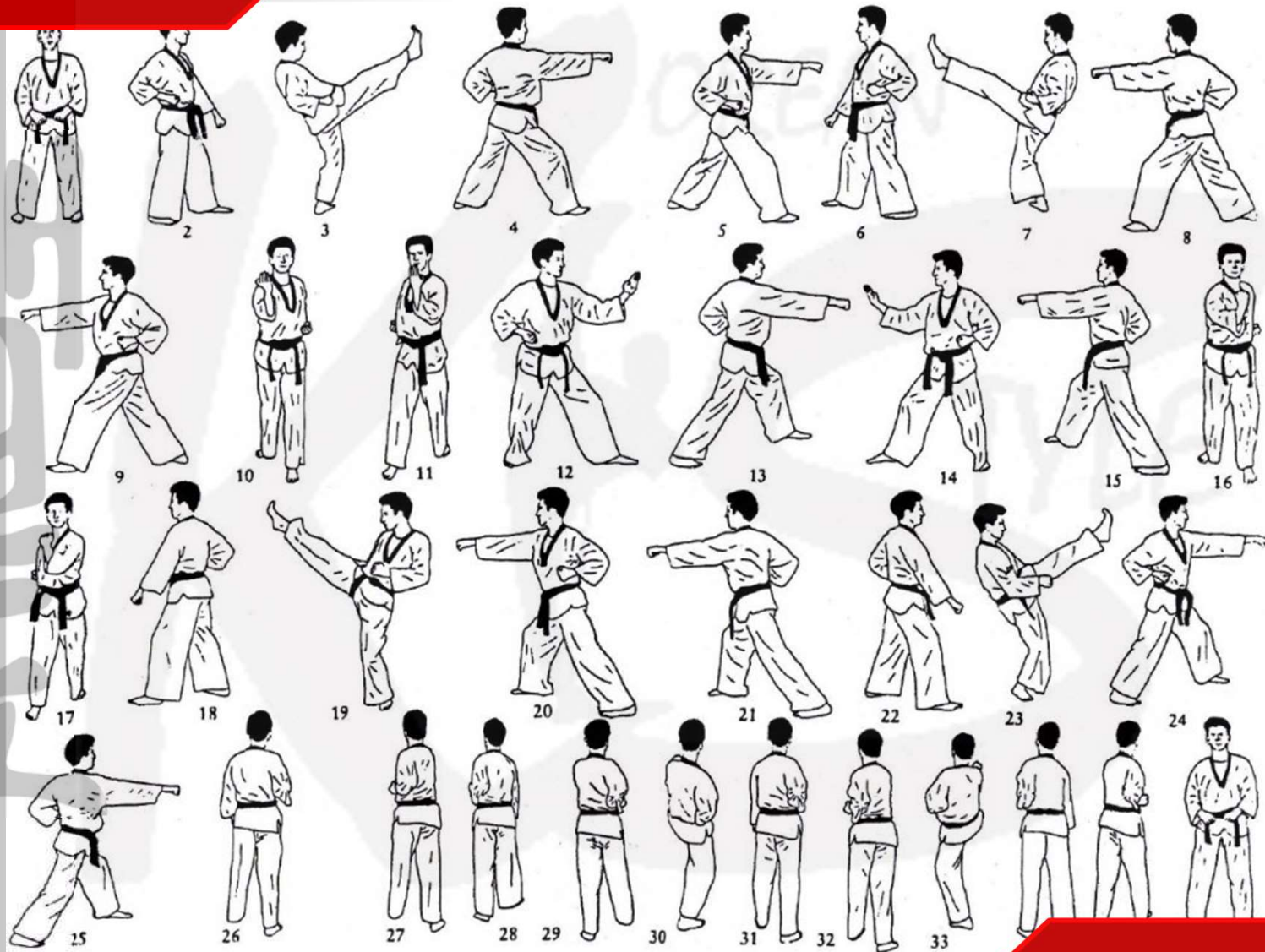


TAEKUK SAM CHANG



1	1	Ap sogui	Are maki
2	2	-	Ap chagui
2'	3	Ap kubi sogui	Montong dubon jirugui
2"	4	-	-
3	5	Ap sogui	Are maki
4	6	-	Ap chagui
4'	7	Ap kubi sogui	Montong dubon jirugui
4"	8	-	-
5	9	Ap sogui	Sonnal (mok) an chigui
6	10	Ap sogui	Sonnal (mok) an chigui
7	11	Tuit kubi	Jansonnal montong bakat maki
7'	12	Apkubi sogui	Montong baro jirugui
8	13	Tuit kubi	Jansonnal mont. bakat maki
8'	14	Apkubi sogui	Montong baro jirugui
9	15	Ap sogui	Montong an maki
10	16	Ap sogui	Montong an maki
11	17	Ap sogui	Are maki
12	18	-	Ap chagui
12'	19	Ap kubi sogui	Montong dubon jirugui
12"	20	-	-
13	21	Ap sogui	Are maki
14	22	-	Ap chagui
14'	23	Ap kubi sogui	Montong dubon jirugui
14"	24	-	-
15	25	Ap sogui	Are maki
15'	26	Ap sogui	Montong baro jirugui
16	27	Ap sogui	Are maki
16'	28	Ap sogui	Montong baro jirugui
17	29	-	Ap chagui
18	30	Ap sogui	Are maki
18'	31	Ap sogui	Montong baro jirugui
19	32	-	Ap chagui
20	33	Ap sogui	Are maki
20'	34	Ap sogui	Montong baro jirugui - KIAP

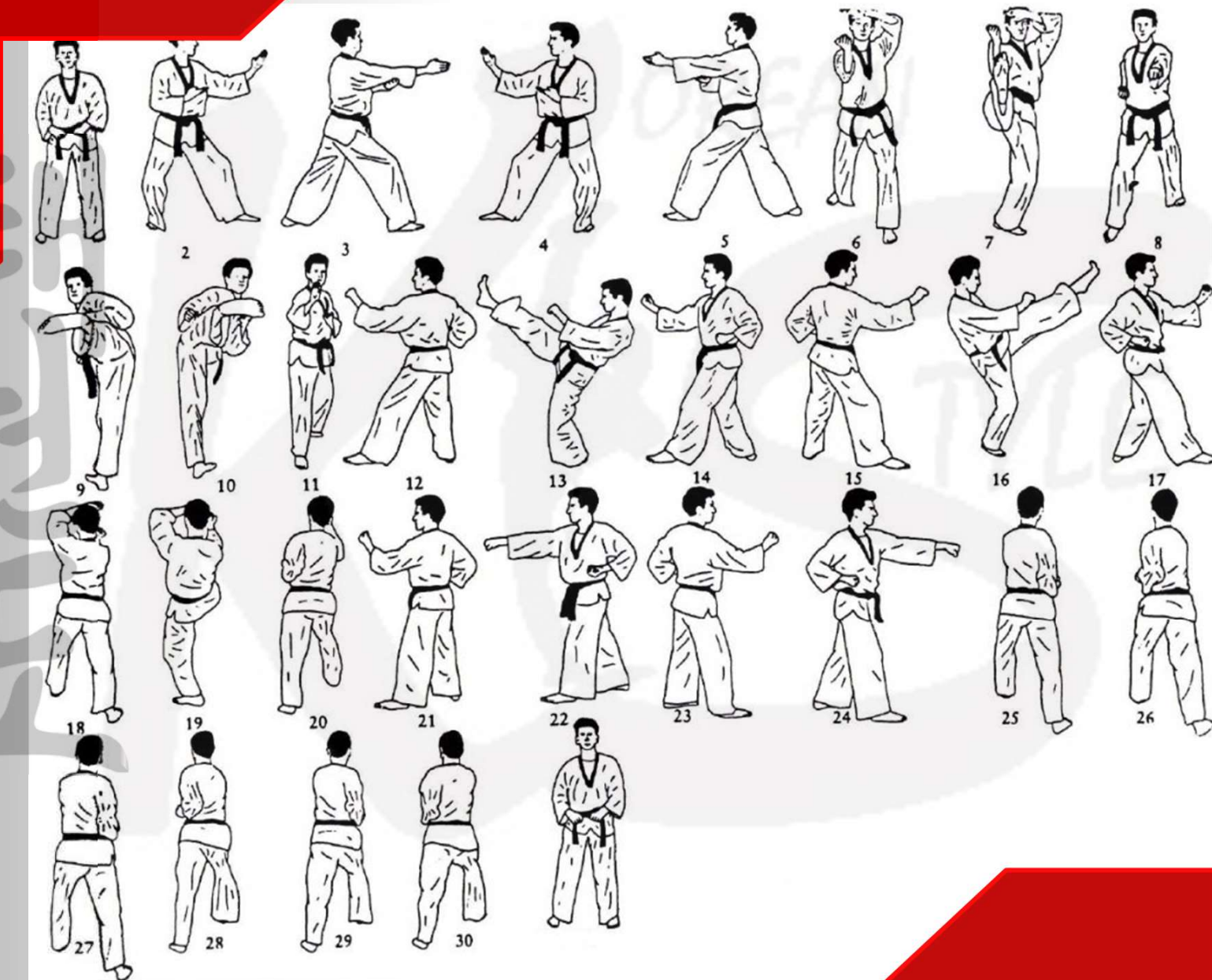
TAEKUK SAM CHANG



TAE GUK SA CHANG

1	1	Tuit kubi	Sonnal montong maki
2	2	Ap kubi sogui	Pionson kut seuo jirugui
3	3	Tuit kubi	Sonnal montong maki
4	4	Ap kubi sogui	Pionson kut seuo jirugui
5	5	Ap kubi sogui	Chebipum mok chigui
6	6		Ap chagui
6'	7	Ap kubi sogui	Montong baro jirugui
7	8		Yop chagui
8	9		Yop chagui
8'	10	Tuit kubi	Sonnal montong maki
9	11	Tuit kubi	Montong bakat maki
10	12		Ap chagui
10'	13	Tuit kubi	Montong an maki
11	14	Tuit kubi	Montong bakat maki
12	15		Ap chagui
12'	16	Tuit kubi	Montong an maki
13	17	Ap kubi sogui	Chebipum mok chigui
14	18		Ap chagui
14'	19	Ap kubi sogui	Dung chumok apechigui
15	20	Ap sogui	Montong maki
15'	21	Ap sogui	Montong baro jirugui
16	22	Ap sogui	Montong maki
16'	23	Ap sogui	Montong baro jirugui
17	24	Ap kubi sogui	Montong maki
18	25	Ap kubi sogui	Montong dubong jirugui
18'	26		
19	27	Ap kubi sogui	Montong maki
20	28	Ap kubi sogui	Montong dubong jirugui
20'	29		

TAE GUK SA CHANG

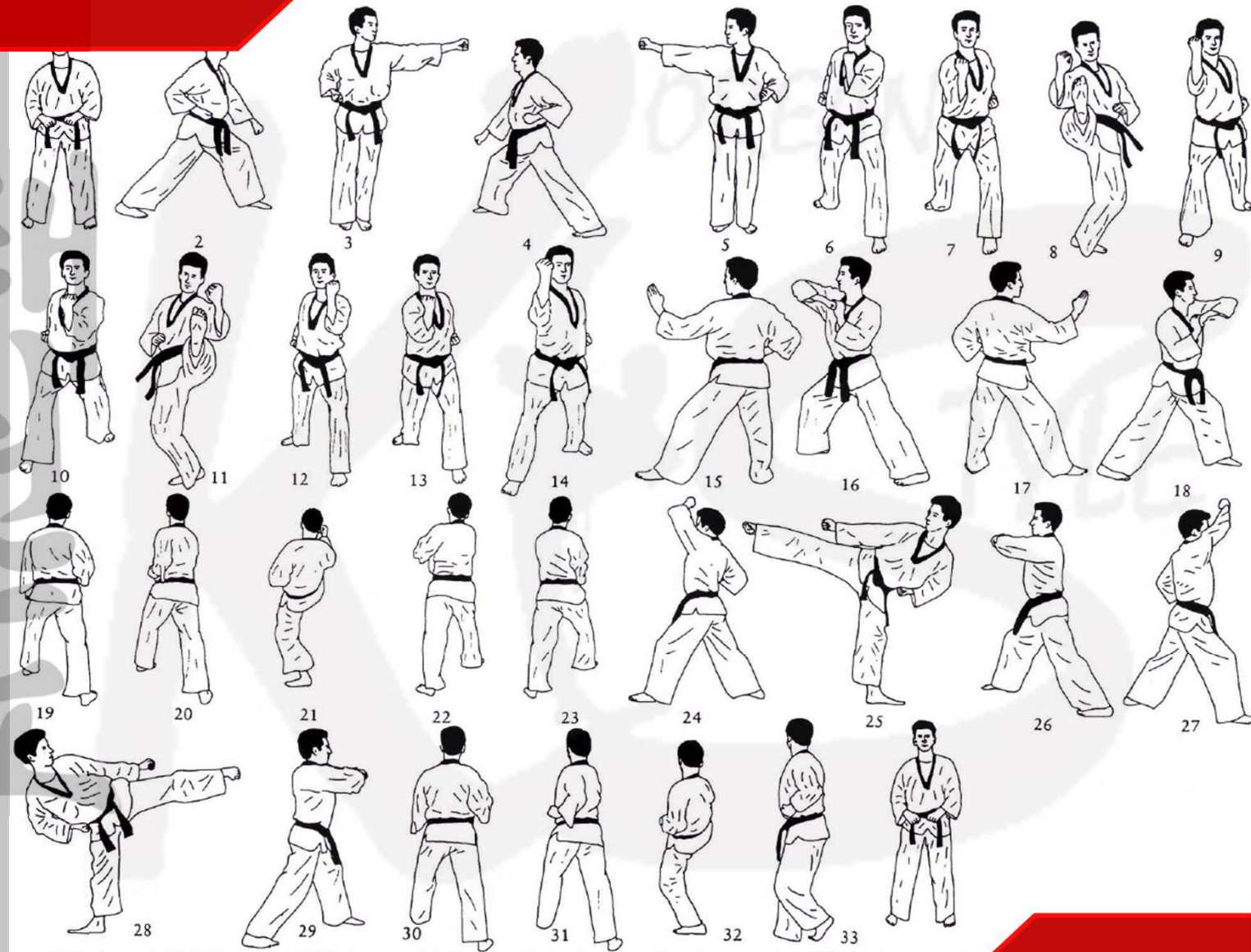


TAE GUK OH CHANG



1	1	Ap kubi sogui	Are maki
2	2	Uen sogui	Me chumok neryo yop chigui
3	3	Ap kubi sogui	Are maki
4	4	Orun sogui	Me chumok neryo yop chigui
5	5	Ap kubi sogui	Dubong Montong maki
5'	6		
6	7		Ap chagui
6'	8	Ap kubi sogui	Dung chumok apechigui
6"	9	Ap kubi sogui	Montong an maki
7	10		Ap chagui
7'	11	Ap kubi sogui	Dung chumok apechigui
7"	12	Ap kubi sogui	Montong an maki
8	13	Ap kubi sogui	Dung chumok apechigui
9	14	Tuit kubi	Jansonnal montong bakat maki
10	15	Ap kubi sogui	Palkup dollyo chigui
11	16	Tuit kubi	Jansonnal montong bakat maki
12	17	Ap kubi sogui	Palkup dollyo chigui
13	18	Ap kubi sogui	Are maki
13'	19	Ap kubi sogui	Montong an maki
14	20		Ap chagui
14'	21	Ap kubi sogui	Are maki
14"	22	Ap kubi sogui	Montong an maki
15	23	Ap kubi sogui	Olgul maki
16	24		Yop chagui
16'	25	Ap kubi sogui	Montong piochok palkup chigui
17	26	Ap kubi sogui	Olgul maki
18	27		Yop chagui
18'	28	Ap kubi sogui	Montong piochok palkup chigui
19	29	Ap kubi sogui	Are maki
19'	30	Ap kubi sogui	Montong an maki
20	31		Ap chagui
20'	32	Tuit koa sogui	Dung chumok apechigui

TAEKUK OH CHANG

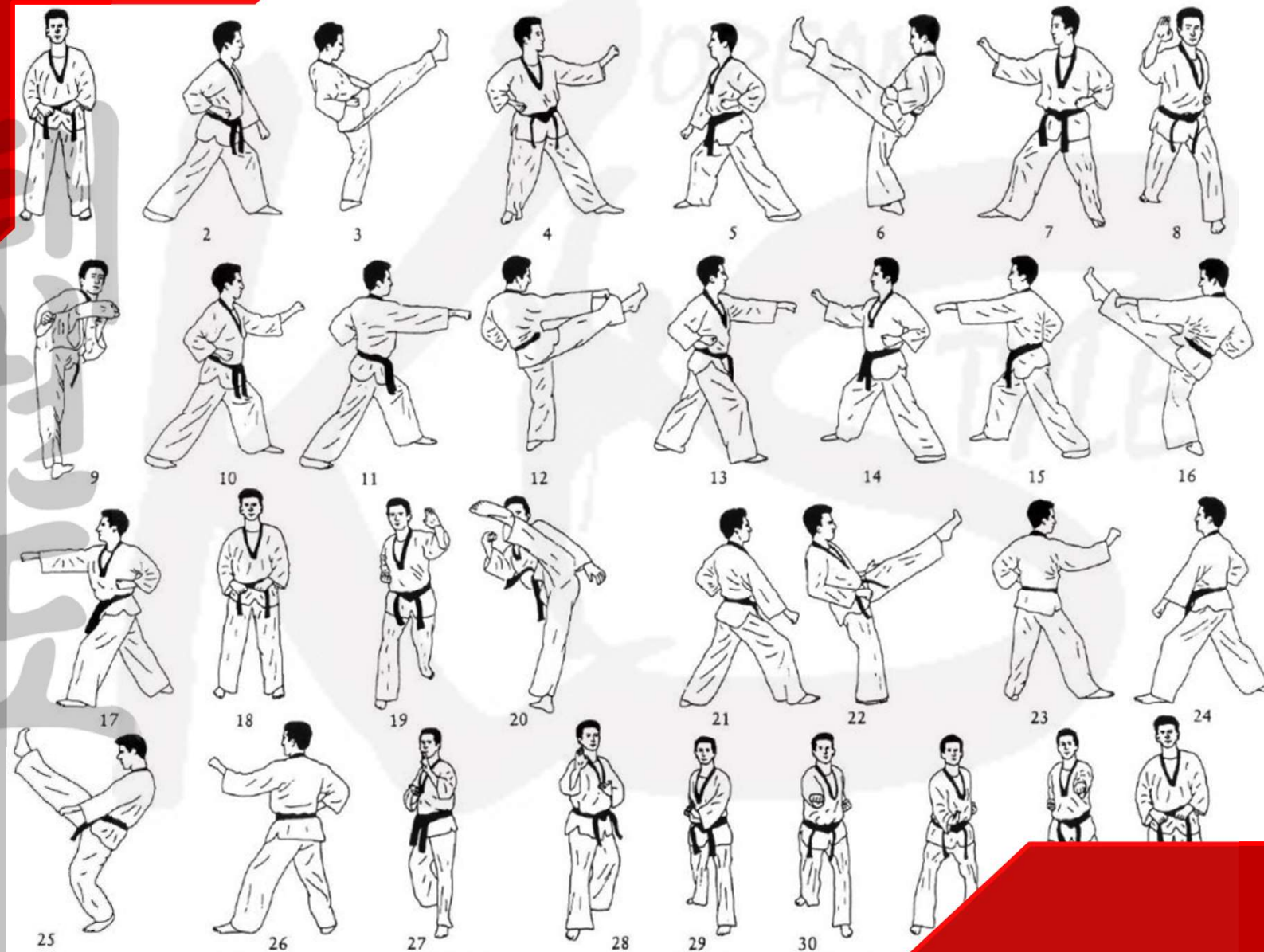


TAE GUK YUK CHANG



1	1	Ap kubi sogui	Are maki
2	2		Ap chagui
2'	3	Tuit kubi	Montong bakat maki
3	4	Ap kubi sogui	Are maki
4	5		Ap chagui
4'	6	Tuit kubi	Montong bakat maki
5	7	Ap kubi sogui	Bituro jansonnal olgul bakat maki
6	8		Dolloyo chagui
7	9	Ap kubi sogui	Olgul bakat maki
7'	10	Ap kubi sogui	Montong baro jirugui
8	11		Ap chagui
8'	12	Ap kubi sogui	Montong baro jirugui
9	13	Ap kubi sogui	Olgul bakat maki
9'	14	Ap kubi sogui	Montong baro jirugui
10	15		Ap chagui
10'	16	Ap kubi sogui	Montong baro jirugui
11	17	Naranji sogui	Gechio are maki
12	18	Ap kubi sogui	Bituro jansonnal olgul bakat maki
13	19		Dolloyo chagui - KIAP
14	20	Ap kubi sogui	Are maki
15	21		Ap chagui
15'	22	Tuit kubi	Montong bakat maki
16	23	Ap kubi sogui	Are maki
17	24		Ap chagui
17'	25	Tuit kubi	Montong bakat maki
18	26	Tuit kubi	Sonnal maontong maki
19	27	Tuit kubi	Sonnal maontong maki
20	28	Ap kubi sogui	Batagson montong maki
21	29	Ap kubi sogui	Montong baro jirugui
22	30	Ap kubi sogui	Batagson montong maki
23	31	Ap kubi sogui	Montong baro jirugui

TAE GUK YUK CHANG

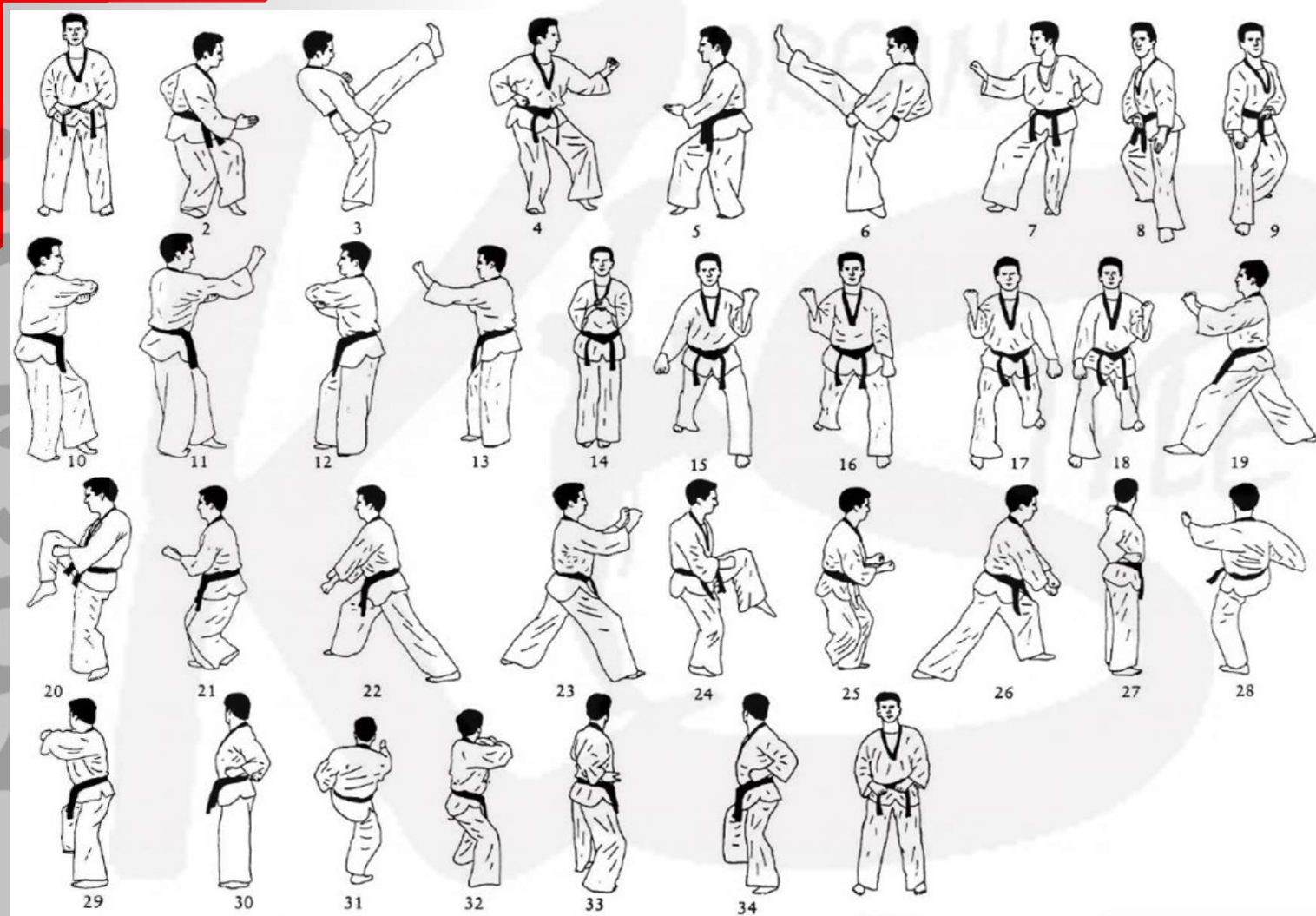


TAE GUK CHIL CHANG

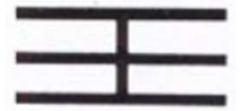


1	1	Bom sogui	Batagson montong an maki
2	2		Ap chagui
2'	3	Bom sogui	Montong maki
3	4	Bom sogui	Batagson montong an maki
4	5		Ap chagui
4'	6	Bom sogui	Montong maki
5	7	Tuit kubi	Sonnal are maki
6	8	Tuit kubi	Sonnal are maki
7	9	Bom sogui	Goduro batagson montong an maki
8	10	Bom sogui	Goduro dung chumok apechigui
9	11	Bom sogui	Goduro batagson montong an maki
10	12	Bom sogui	Goduro dung chumok apechigui
11	13	Moa sogui	Bo chumok chumbi
12	14	Ap kubi sogui	Dubong gawi maki
12'	15		
13	16	Ap kubi sogui	Dubong gawi maki
13'	17		
14	18	Ap kubi sogui	Gecho montong maki
15	19		Dangkio ollyo murup chigui
15'	20	Tuit koa sogui	Du checho jirugui
16	21	Ap kubi sogui	Okgoro are maki
17	22	Ap kubi sogui	Gecho montong maki
18	23		Dangkio ollyo murup chigui
18'	24	Tuit koa sogui	Du checho jirugui
19	25	Ap kubi sogui	Okgoro are maki
20	26	Ap sogui	Dung chumok bakat chigui
21	27		Piochok chagui
22	28	Chu chum sogui	Montong piochok palkup chigui
23	29	Ap sogui	Dung chumok bakat chigui
23'	30		Piochok chagui
24	31	Chu chum sogui	Montong piochok palkup chigui
24'	32	Chu chum sogui	Janssonal montong yop maki
25	33	Chu chum sogui	Yop jirugui - KIAP

TAE GUK CHIL CHANG

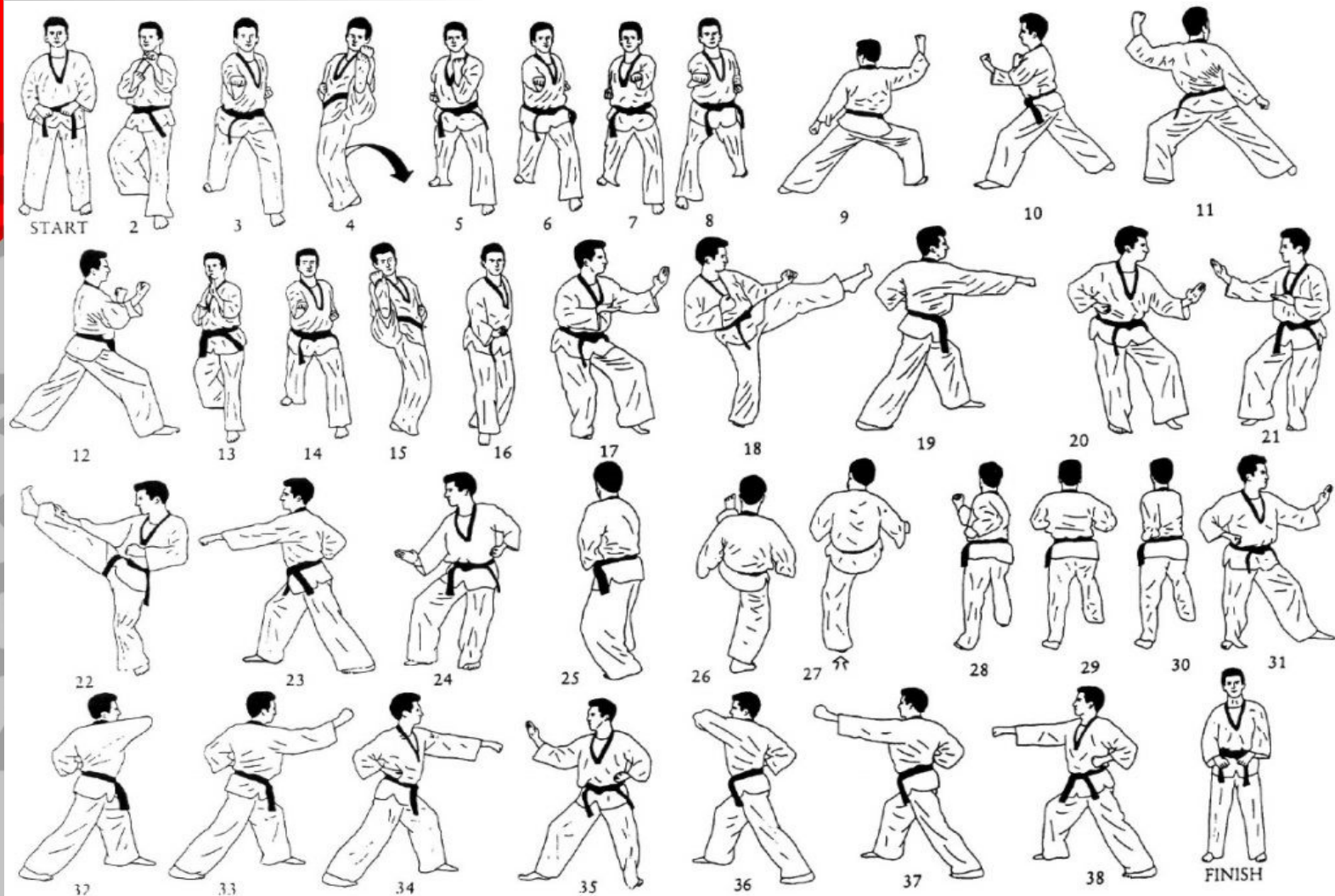


TAE GUK PAL CHANG



1	1	Tuit kubi	Goduro montong maki
1'	2	Ap kubi sogui	Montong baro jirugui
2 y 2' 3 y 4			Doobaldangsang ap chagui - KIAP
2"	5	Ap kubi sogui	Montong maki
2'''	6 y 7	Ap kubi sogui	Montong dubong jirugui
3	8	Ap kubi sogui	Montong bande jirugui
4	9	Ap kubi sogui	Oe santul maki
5	10	Ap kubi sogui	Dangkio tok jirugui
6	11	Ap kubi sogui	Oe santul maki
7	12	Ap kubi sogui	Dangkio tok jirugui
8	13	Tuit kubi	Sonnal montong maki
9	14	Ap kubi sogui	Montong baro jirugui
10	15		Ap chagui
10'	16	Bom sogui	Batagson montong maki
11	17	Bom sogui	Sonnal montong maki
12	18		Ap chagui
12'	19	Ap kubi sogui	Montong baro jirugui
13	20	Bom sogui	Batagson montong maki
14	21	Bom sogui	Sonnal montong maki
15	22		Ap chagui
15'	23	Ap kubi sogui	Montong baro jirugui
16	24	Bom sogui	Batagson montong maki
17	25	Tuit kubi	Goduro are maki
18	26		Ap chagui
18'	27		Tuio ap chagui - KIAP
18"	28	Ap kubi sogui	Montong maki
18'''	29-30	Ap kubi sogui	Montong dubong jirugui
19	31	Tuit kubi	Jansonnal montong bakat maki
20	32	Ap kubi sogui	Palkup dollyo chigui
21	33	Ap kubi sogui	Dung chumok apechigui
21'	34	Ap kubi sogui	Montong bande jirugui
22	35	Tuit kubi	Jansonnal montong bakat maki
23	36	Ap kubi sogui	Palkup dollyo chigui
24	37	Ap kubi sogui	Dung chumok apechigui
24'	38	Ap kubi sogui	Montong bande jirugui

TAEKUK PAL CHANG



Cinturón Rojo

PARTE 4 – Prueba Práctica

Para la realización de esta prueba el alumno deberá utilizar las técnicas que conozca de SON KISUL MAKI, SON KISUL GONG KIO y BAL KISUL, siempre partiendo de una correcta posición de SOGUI KISUL

TÉCNICA	Nº. COMBINACIONES
HANBON KYORUGUI (Defensa Personal Básica)	- 5 Combinaciones libre
SEBON KYORUGUI (Defensa Personal 3 Pasos)	- 3 Combinación libre
KYORUGUI (COMBATE)	- 1 Combate libre de 2 asaltos de 1:30 min. Con 30 segundos de descanso.