

Inhaltsverzeichnis

	Seite
Vorwort	7
I. Was ist Taekwondo	9
II. Taekwondo-Geschichte	10
III. Taekwondo in Deutschland	13
IV. Verfahrensordnung (VO) für Prüfungen	15
V. Paßordnung	22
VI. Prüfungsordnung (PO) für Kup- und Dan-Grade (Ziffer 1-10)	24
11. Prüfungsprogramm 10.-5. Kup (Anfänger)	26
12. Prüfungsprogramm 4.-1. Kup (Fortgeschrittene)	27
13. Prüfungsprogramm 1.-3. Dan (Leistungsgrade) ..	28
14. Prüfungsprogramm 4.-5. Dan (Lehrergrade)	29
15. Kinder-Prüfungsordnung (KPO)	30
16. Kinder-Prüfungsprogramm 9.-1. Kup, sowie 1. Poom	31
VII. Formen im Taekwondo	36
VIII. Das Prüfungsprogramm	39
10. Kup (weißer Gürtel)	39
9. Kup (weißer Gürtel mit gelbem Streifen) ...	44
1. Kreuzform/Hyong	44
2. Kreuzform/Hyong	48
1. Kreuzform/Poomse	50
2. Kreuzform/Poomse	54
8. Kup (gelber Gürtel)	56
Hyong Chon-ji	56
Poomse Taeguk Il-jang	62
7. Kup (gelber Gürtel mit grünem Streifen) ...	68
Hyong Tan-gun	68
Poomse Taeguk I-jang	74