

# Geup examen reglement Taekwondo Oude Luttikhuis

(voor iedereen met groene band met blauwe slip of hoger)

## Artikel 1 Klassen en gradensysteem

De beginners zijn in klassen, beginnend met de 10<sup>e</sup> geup tot en met de 1<sup>e</sup> geup, als volgt ingedeeld:

10 <sup>e</sup> Geup – Witte band	5 <sup>e</sup> Geup – Groene band plus blauwe slip
9 <sup>e</sup> Geup – Witte band plus gele slip	4 <sup>e</sup> Geup – Blauwe band
8 <sup>e</sup> Geup – Gele band	3 <sup>e</sup> Geup – Blauwe band plus rode slip
7 <sup>e</sup> Geup – Gele band plus groene slip	2 <sup>e</sup> Geup – Rode band
6 <sup>e</sup> Geup – Groene band	1 <sup>e</sup> Geup – Rode band plus zwarte slip

## Artikel 2 Administratie

- De registratie en betaling voor examens van 4<sup>e</sup> tot en met 1<sup>e</sup> geup dienen voor de sluitingsdatum van het examen afgerond te zijn. Het is niet mogelijk om na de sluitingsdatum nog te registreren voor het examen
- De examenkandidaat dient betalend TBN lid te zijn.
- De examenkandidaat dient zelf voor een geschikte partner te zorgen.
- Het examen vindt plaats op de hoofdlocatie in Almelo

Onjuiste of onvolledige opgaves worden niet in behandeling genomen, men dient dit zelf vooraf zorgvuldig te controleren.

## Artikel 3 Examenbijdrage

- De hoogte van het examengeld wordt vastgesteld door Taekwondo Oude Luttikhuis en is afhankelijk van de geupgraad waarvoor men examen wenst te doen. (exclusief band)

Examen voor 4 <sup>e</sup> geup	€ 15,00
Examen voor 3 <sup>e</sup> geup	€ 15,00
Examen voor 2 <sup>e</sup> geup	€ 15,00
Examen voor 1 <sup>e</sup> geup	€ 30,-

## Artikel 4 Slagen en herexamen

- Indien alle onderdelen van het examen zijn afgesloten met een voldoende is men geslaagd .
- Onderdelen die als onvoldoende zijn beoordeeld kunnen tijdens het herexamen opnieuw worden getoond, indien deze dan allemaal voldoende zijn is men alsnog geslaagd. Wanneer dit niet het geval is zal men opnieuw het gehele examen moeten afleggen.
- Er zijn geen kosten verbonden aan het herexamen.
- Het herexamen vindt op een vooraf vastgestelde datum plaats , indien men hier geen gebruik van maakt vervalt de mogelijkheid tot het doen van een herexamen.

## Artikel 5      Technische eisen

**Belangrijk : Tijdens het examen zijn taekwondoschoenen niet toegestaan. Het examen wordt uitgevoerd op blote voeten.**

4<sup>e</sup> GEUP = BLAUWE BAND

Praktijk 1 – Taegueks

- Taeguek O Jang – 5<sup>e</sup> Stijlvorm
- Taeguek naar eigen keus tussen 1 en 4.
- Taeguek voorgeschreven door examinerator tussen 1 en 4.

Praktijk 2 – Ilbo Taeryon

- Eenstapsparing oefening 1 t/m 5.

Onderdeel Ban-chayu Taeryon

- 1 minuut diverse trap technieken uitgevoerd op een trapkussen en/of trapflappen dat vastgehouden c.q. bewogen wordt. Men dient de Koreaanse benamingen van de diverse traptechnieken ook te kennen.

3<sup>e</sup> GEUP = BLAUWE BAND PLUS RODE SLIP

Praktijk 1 – Taegueks

- Taeguek Yuk Jang – 6<sup>e</sup> Stijlvorm
- Taeguek naar eigen keus tussen 2 en 5.
- Taeguek voorgeschreven door examinerator tussen 1 en 5.

Praktijk 2 – Ilbo Taeryon

- Eenstapsparing oefening 1 t/m 8.

Praktijk 3 – Hosinsul

- Zelfverdediging oefening 1 t/m 4.

Onderdeel Ban-chayu Taeryon

- 1,5 minuut diverse trap technieken uitgevoerd op een trapkussen en/of trapflappen dat vastgehouden c.q. bewogen wordt. Men dient de Koreaanse benamingen van de diverse traptechnieken ook te kennen.

## 2<sup>e</sup> GEUP = RODE BAND

### Praktijk 1 – Taegueks

- Taeguek Chil Jang – 7<sup>e</sup> Stijlvorm
- Taeguek naar eigen keus tussen 3 en 6.
- Taeguek voorgeschreven door examinerator tussen 1 en 6.

### Praktijk 2 – Ilbo Taeryon

- Eenstapsparring oefening 1 t/m 12.

### Praktijk 3 – Hosinsul

- Zelfverdediging oefening 1 t/m 8.

### Praktijk 4 – Gyeo-rugi (Sparren) \*

- Voorwaarden conform 'Dan en poomreglement versie Maart 2023' van de Taekwondo Bond Nederland

### Praktijk 5 – Gyek Pa (Breektest) \*\*

- Voorwaarden conform 'Dan en poomreglement versie Maart 2023' van de Taekwondo Bond Nederland.

## 1<sup>e</sup> GEUP = RODE BAND PLUS ZWARTE SLIP

### Praktijk 1 – Taegueks

- Taeguek Pal Jang – 8<sup>e</sup> Stijlvorm
- Taeguek naar eigen keus tussen 4 en 7.
- Taeguek voorgeschreven door examinerator tussen 1 en 7.

### Praktijk 2 – Ilbo Taeryon

- Eenstapsparring oefening 1 t/m 15.

### Praktijk 3 – Hosinsul

- Zelfverdediging oefening 1 t/m 12.

### Praktijk 4 – Gyeo-rugi (Sparren) \*

- Voorwaarden conform 'Dan en poomreglement versie Maart 2023' van de Taekwondo Bond Nederland

### Praktijk 5 – Gyek Pa (Breektest) \*\*

- Voorwaarden conform 'Dan en poomreglement versie Maart 2023' van de Taekwondo Bond Nederland.

### Theorie \*\*\*

- Voorwaarden conform 'Dan en poomreglement versie Maart 2023' van de Taekwondo Bond Nederland

### \* Toelichting Praktijk 4 – Gyeo-rugi (Sparren).

- De examenkandidaat en partner dienen zelf in het bezit te zijn van de volledige bescherming die noodzakelijk is tijdens het examenonderdeel sparren. (Hoofdbeschermer, borstbeschermer, been- en arm- en voetbeschermers, handschoenen, bitje en kruisbeschermer).

Voorwaarden Taekwondo Bond Nederland :

- De examenkandidaat draagt altijd de blauwe hogo en zijn partner de rode hogo
- Zowel de examenkandidaat als de partner dienen tijdens dit onderdeel realistische aanvallen te tonen.
- De examenkandidaat dient bij dit onderdeel te laten zien tijdig te kunnen ontwijken en tijdig en effectief te kunnen counteren met diverse (verschillende) technieken.
- De kandidaat dient inzicht te tonen : logische aanvals- en countertechnieken dienen op juiste momenten te worden uitgevoerd.
- De kandidaat dient in ieder geval dolleyo-, dwit- en naeryo-chagi tijdens dit onderdeel te tonen.
- De examenkandidaat dient te scoren en dient te laten zien hij in staat is zichzelf te verdedigen.

### \*\* Toelichting Praktijk 5 – Gyek Pa (Breektest).

- De examenkandidaat dient 3 planken te breken in een vloeiende doorgang in maximaal 3 pogingen. De examenkandidaat dient dus 9 planken te hebben tijdens het examen.
- Kandidaten van 15 jaar en ouder dienen vurenhouten planken te gebruiken van 18mm dikte met de afmeting van 30x30 centimeter. Kandidaten jonger dan 15 jaar dienen vurenhouten planken van 30x30 centimeter te gebruiken met een dikte tussen de 10 en 12mm.
- Vurenhouten planken met een dikte van 18mm zijn bij de reguliere bouwmarkten verkrijgbaar. Vurenhouten planken tussen de 10 en 12mm zijn verkrijgbaar bij locatie Almelo.

Voorwaarden Taekwondo Bond Nederland :

- In totaal drie stuks : twee naar eigen inzicht (waarvan minstens één voet techniek) en één op aanwijzing van de examencommissie. De kandidaat geeft bij de examencommissie aan welke twee technieken hij/zij gaat uitvoeren. De examencommissie vult dit aan met een verplichte techniek. De examencommissie heeft de keuze uit de volgende technieken :
  - Yeop-chagi;
  - Dollyo-chagi;
  - Dwit-chagi;

De kandidaat voert eerst de door de examencommissie aangewezen verplichte techniek uit met het achterste been (stand is vrij) gevolgd door de twee eigen gekozen technieken.

### \*\*\* Toelichting Theorie.

- Het examen bestaat uit 15 meerkeuzevragen die betrekking hebben op het document '[Kort Koreaans 2002](#)'.
- Men dient de theorie zowel Nederlands-Koreaans als Koreaans-Nederlands te kennen.