

Προαγωγή σε : 1ο ΓΚΟΥΠ		Κόκκινη Μαύρη
ΣΤΑΣΕΙΣ		
	Μπομ Σόγκι	Η στάση της τίγρης
	Μόα Σόγκι	Κλειστή στάση (Πέλματα παράλληλα)
ΠΟΥΜΣΕ		
Ταεγκούκ	Παλ Τζανγκ	Συμβολισμός : Γη , Κινήσεις : 27 Βηματισμοί & 38 Τεχνικές
ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΧΕΡΙΩΝ		
ΑΠΟΚΡΟΥΣΕΙΣ	Γκοντούρο Μπάκατ Μάκι	Διπλή απόκρουση με τα χέρια σε παράλληλη κίνηση (Συντροφικά)
	Οσάντουλ Μάκι	Διπλή απόκρουση με τα χέρια κλειστά (Πάνω-Κάτω)
ΧΤΥΠΗΜΑΤΑ	Ντάνγκιο Τοκ Τσιρούγκι	Γροθιά από κάτω με τράβηγμα
ΠΡΟΚΑΘΟΡΙΣΜΕΝΕΣ ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΜΕ ΟΠΛΙΣΜΕΝΟ ΑΝΤΙΠΑΛΟ , ΕΝΟΣ ΒΗΜΑΤΙΣΜΟΥ (Χαμπόν Γκιρούγκι)		
	Αυτοάμυνα	8 Τεχνικές με αντίπαλο (Ενός Βηματισμού)
	Αυτοάμυνα	8 Τεχνικές με αντίπαλο (Λαβές)
	Αυτοάμυνα	5 Τεχνικές με 2 αντιπάλους
ΠΡΟΚΑΘΟΡΙΣΜΕΝΕΣ ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΜΕ ΑΝΤΙΠΑΛΟ (Χονσισούλ)		
	Αυτοάμυνα	8 Τεχνικές με οπλισμένο αντίπαλο
ΕΙΚΟΝΙΚΗ ΜΟΝΟΜΑΧΙΑ - ΕΛΑΦΡΙΑ ΕΠΑΦΗ (Γκιρούγκι)		
ΕΙΚΟΝΙΚΗ ΜΟΝΟΜΑΧΙΑ - ΕΛΑΦΡΙΑ ΕΠΑΦΗ (Γκιρούγκι) ENANTIA ΣΕ 2 ΑΝΤΙΠΑΛΟΥΣ		
ΛΑΚΤΙΣΜΑΤΑ		
	Μον Ντόλιο Φούριο Τσάγκι	Περιστροφικό λάκτισμα - Χτύπημα με την πατούσα (Το πόδι κλείνει και πατάει πίσω)
ΣΠΑΣΙΜΟ ΞΥΛΟΥ (ΚΙΟΠΚΑ)		
	ΚΙΟΠΚΑ_1	Σπάσιμο με επιλογή τεχνικής από τον εξεταζόμενο (Με το χέρι)
	ΚΙΟΠΚΑ_2	Σπάσιμο με επιλογή τεχνικής από τον εξεταζόμενο (Με το πόδι)
Ο ΕΞΕΤΑΣΤΗΣ ΕΠΙΛΕΓΕΙ ΝΑ ΕΞΕΤΑΣΕΙ :		
	1 Πούμσε	Από το 1ο έως το 8ο
	1 Πούμσε	Επιλογή του εξεταζόμενου
	1 Κιμπόν	Από το 1ο έως το 8ο
	Βασικές Τεχνικές	Από το 1ο έως το 10ο Γκουπ

|