

2024



TEMARIO PARA EXAMEN

AZUL

1 de enero de 2024



Ángel Muñoz Prieto
8º dan
Entrenador Nacional



Yolanda Ubero Alcañíz
8º dan
Entrenador Nacional



José Ramón Fernández de la Portilla
8º dan
Entrenador Nacional



PARTE 1ª Prueba teórica

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

ZONAS DEL CUERPO



OLGUL



MONTONG



ARE



CHUMOK



AN PALMOK (1) - BAKAT PALMOK (2)



DUNK CHUMOK



SON KUT



SONNAL



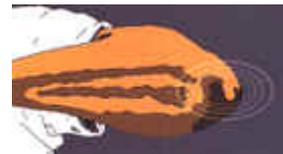
AKUM SON



BATANG SON



SONNAL DUNG



PALKUP



AP CHUK



BAL NAL



TUIT CHUK



BAL DUNG



MURUP

PARTE 2ª Prueba técnica

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

SOGUI KISUL (Posiciones)



AP KUBI SOGUI



AP SOGUI



CHARYOT SOGUI



CHUCHUM SOGUI



MOA SOGUI



ORUN SOGUI

Posición de pierna derecha adelantada, con el cuerpo recto, el peso se carga ligeramente en la de atrás



PIONJI SOGUI



UEN SOGUI

Posición de pierna izquierda adelantada, con el cuerpo recto, el peso se carga ligeramente en la de atrás



NARANJI SOGUI



TUIT KUBI SOGUI

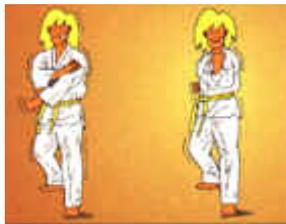


AP KOA SOGUI



TUIT KOA SOGUI

SON KISUL MAKI (Defensas)



AN PALMOK MONTONG MAKI



ARE MAKI



MONTONG AN MAKI



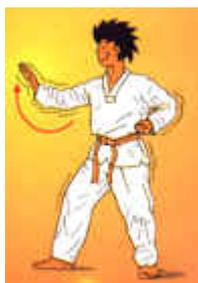
MONTONG MAKI



OLGUL MAKI



BAKAT PALMOK MONTONG MAKI



JAN SONNAL MONTONG MAKI



SONNAL MONTONG MAKI



BAKAT PALMOK GUECHIO MONTONG MAKI



AN PALMOK GUECHIO MONTONG MAKI



GUECHIO ARE MAKI



BATANG SON NULO MAKI



BATANG SON MONTONG MAKI

BATANG SON MONTONG AN MAKI

Defensa con la palma de la mano de fuera hacia adentro, igual que en Batang Son Montong Maki, pero con brazo y pierna distintos.



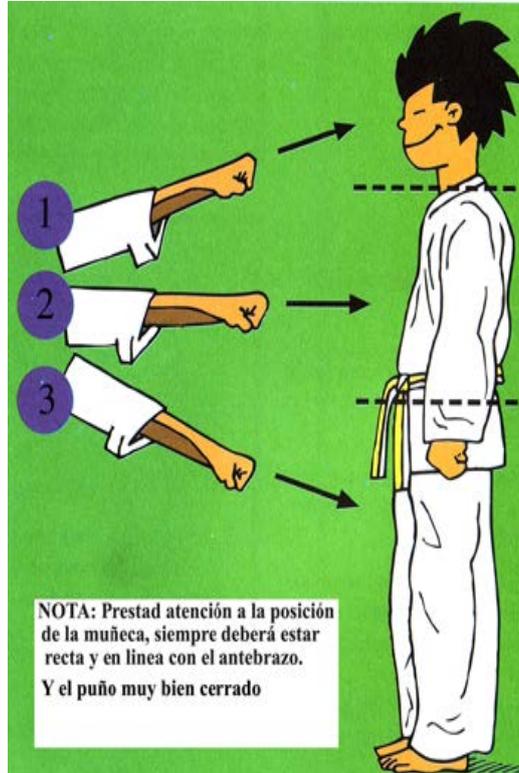
OKGORRO ARE MAKI



OKGORRO OLGUL MAKI

SON KISUL GONG KIO (Ataques de brazo)

- | | | |
|---|------------------------|----------------------|
| 1 | CHUMOK OLGUL JIRUCHI | Ataque de puño alto |
| 2 | CHUMOK MONTONG JIRUGUI | Ataque de puño medio |
| 3 | CHUMOK ARE JIRUGUI | Ataque de puño bajo |



CHUMOK MONTON BARO JIRUGUI



CHUMOK MONTONG BANDE JIRUGUI

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

CHUMOK DUBON MONTONG JIRUGUI



JAN SONNAL (An/Mok) CHIGUI

DU SONNAL AN CHIGUI

Ataque con el canto de las dos manos a la vez



DUNG CHUMOK OLGUL APE CHIGUI



JAN SONNAL OLGUL BAKAT CHIGUI



DUNG CHUMOK BAKAT CHIGUI



ME CHUMOK NERYO CHIGUI



CHEBI PUM MOT CHIGUI



PYON SON KUT SEUO CHIRUGUI



DOLLYO PALKUP CHIGUI



YOP PALKUP CHIGUI

BAL KISUL (Técnicas de pierna)



AP CHAGUI



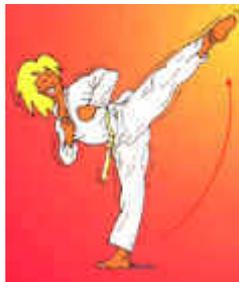
BANDAL CHAGUI



DOLLYO CHAGUI



NERYO CHAGUI



YOP CHAGUI



MONDOLLYO YOP CHAGUI



NAKO CHAGUI



MIRO CHAGUI

TUIO

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

PARTE 3^a Poomsae

El alumno en esta prueba deberá de:

REALIZAR COMPLETO.- Deberá de **realizar completo** el Poomsae solicitado

OBLIGATORIO: La realización será según este indicada con **SI o NO**.

POOMSAE	SOLO DESARROLLO	REALIZAR COMPLETO	OBLIGATORIO
Taeguk II Chang	NO	SI	SI
Taeguk I Chang	NO	SI	SI
Taeguk San Chang	NO	SI	SI
Taeguk Sa Chang	NO	SI	SI
Taeguk Oh Chang	NO	SI	SI
Taeguk Yuk Chang	NO	SI	SI

PARTE 4^a 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	COMBINACIONES
HANBON KYORUGUI	* 1 ^a Combinación libre * 2 ^a Combinación libre * 3 ^a Combinación libre * 4 ^a Combinación libre
SEBON KYORUGUI	* 1 ^a Combinación libre * 2 ^a Combinación libre * 3 ^a Combinación libre * 4 ^a Combinación libre

**DATOS A RELLENAR POR EL ALUMNO ASPIRANTE
Y ENTREGAR AL PROFESOR ANTES DEL EXAMEN**

NOMBRE:

APELLIDOS:

DOMICILIO:

LOCALIDAD:

TELÉFONO:

FECHA DE NACIMIENTO:

LICENCIA FEDERATIVA N°

FECHA EMISIÓN:

EXAMEN PARA CINTO:

FECHA DEL EXAMEN:

DATOS A RELLENAR POR EL PROFESOR

RESULTADOS FINALES POR BLOQUES					
TECNICA	EXCELENTE	MUY BIEN	BIEN	MAL	MUY MAL
ZONAS DEL CUERPO					
SOGUI KISUL					
SON KISUL MAKI					
SON KISUL GONG KIO					
BAL KISUL					
POOMSAE					
HANBON KYORUGUI					
SEBON KYORUGUI					
FUERZA					
POTENCIA					
EQUILIBRIO					

RESULTADO FINAL DEL EXAMEN	APTO	NO APTO

Firma y sello del club