



FEDERAÇÃO DE TAEKWONDO DO ESTADO DE SÃO PAULO

RUA CONSELHEIRO FURTADO, 1044 – LIBERDADE. SP 01511-001. T/F: (11) 3272-0275

Filiada à Confederação Brasileira de Taekwondo

www.fetesp.com.br

CURRÍCULO PARA EXAME DE FAIXA PRETA MESTRE

I - POOM-SE:

Candidatos	Poomse	Poomse Extra
4º Dan	Tae-back	Koryo e Kumgang
5º Dan	Pyong-won	Kumgang e Taeback
6º Dan	Sip-jin	Taeback e Pyong-won
7º Dan	Tchon-kwon	Ship-jin e Jitae
8º Dan	Hansul	Jitae e Tchon-kwon

II - KIBON DONJAK

AP-KUBI; DUIT KUBI; JUTCHUM; HAKDARI:

1. Bunsoqui Sonnal Otgorô Arê Maqui
2. Jutchumsogui Godurô Olgul Yop Maqui
3. Ap-Kubi Kumgang Momtong-Dirugui
4. Jutchumsogui Mông-ê Tchiqui
5. Apkubi Bawimilqui
6. Duitkubi Sonbadac Momtong Gôdurô Bacat Macgo; Apkubi Pyonsoncut Ofô Tirgô; Momtong Dubon-Dirugui

III - BAL KI SUL

KIBON BALTCHAGUI: (Chutes básicos).

5 chutes avançando livre com step | 5 chutes avançando com salto

V - HOSIN-SUL (DEFESA PESSOAL)

CONTRA PEGADA: livre usando armas: (faca, bastão ou outras armas).

VI - JAIU KYORUGUI

KYORUGUI 1: luta um contra um

KYORUGUI 2: luta um contra dois ou entre si

VIII - KYOC-PA

BALTCHAGUI KYOC-PA: Sequência de quebramento

O candidato que prepara a sequência de quebramento

UIRYOC KYOC-PA: Quebramento de telhas ou tijolos

Quantidade de 5 a 15 telhas (Soco, Cotovelo ou Sonnal)

VII - YUYON SUNG

TODOS OS CANDIDATOS: Flexibilidade completo