

Vorläufiger Stand: 14.05.2022

Link zu den Prüfungsinhalten KUP/DAN ([ab Seite 20](#))

2. Kup (Roter oder brauner Gürtel)

(Vorbereitungszeit seit dem 3. Kup mindestens 64 TE und 2 Monate)

- Überprüfung des Vorprogramms
- 6. Form - Chil jang (Berg)
- Partnerübungen – 1-Schritt-Kampf
- Freikampfübungen
- Selbstverteidigung (Alter beachten)
 - Freie Abwehr von Angriffen aus den verschiedenen Distanzen
 - Freie Abwehr gegen Stockangriffe
 - Abwehr gegen abgesprochene Messerangriffe
- Zwei Bruchtests; der Anwärter hat die freie Auswahl (Alter beachten) es müssen verschiedene Techniken gezeigt werden
[Abschnitt G und H](#)
- Theorien
 - Trainingslehre
 - Koreanische und deutsche Bezeichnungen der gezeigten Techniken und Übungen, Wettkampfregeln (Vollkontakt und Formen) und Technikprinzipien