Vorläufiger Stand: 14.05.2022

Link zu den Prüfungsinhalten KUP/DAN (ab Seite 26)

2. Poom (Rot-schwarzer Gürtel) und 2. DAN (Schwarzer Gürtel)

(Vorbereitungszeit: min. 1 Jahr seit 1. Poom bzw. 1. DAN)

Zulassungsvoraussetzung: DAN-Vorbereitungslehrgang

- Überprüfung des Vorprogramms
- Poomsae - Koryeo
- Partnerübungen
  - 1-Schritt-Kampf mit höherem Schwierigkeitsgrad
- Freikampf
  - Freies Sparring, wahlweise mit Aufgabenstellungen
- Selbstverteidigung
  - Freie Abwehr gegen unbewaffnete und bewaffnete Angriffe eines Partners aus verschiedenen Distanzen sowie mehrere Angreifer aus der Reihe
- Vier Bruchtests mit verschiedenen Techniken – eine 2er-Kombination und mindestens eine Sprungtechnik müssen gezeigt werden (Alter beachten)

  Abschnitt G und H ab Seite 20