

3. Kup

	Kórenska	Þýðing
Stöður	Beom seogi Gyottari seogi Haktari seogi	Tígrisstaða Hjálparstaða Krana staða
Handatekni	Hanssonal biteureo makki Batangson geodeureo momtong an makki Eotgeoreo area makki Eotgeoreo eolgul makki Gawi makki Palkoop dwit chigi Palkoop naeryou chigi Palkoop yeop chig Palkoop ollyeo chigi	Snúningsvörn með hnífshönd Vörn inn á við með lófa með stuðningi, andstæður fótur og hönd Lág kross vörn (einning Nollyo makki) Há kross vörn Skæra vörn (Aare makki og momtong makki á sama tíma, en handleggirnir saxa fyrir framan. Högg aftur á við með olnboga Högg niður á við með olnboga Högg til hliðar með olnboga Högg upp á við með olnboga
Fótatekni	Keodeup chagi Ddwieo dwit chagi Ddwieo dwitdorra bandae dollyo chagi Doo baldangsang chagi	Sama spark með sama fæti mörgu sinnum (Keodeup=aftur og..) Bakspark með hoppi Hringspark með krók og með hoppi Tvö flugspörk í loftinu, fyrra sparkið er "plat"
Orðaforði	Gomson Bam jumeok Balnal deung Eotgeoreo Seokeo Pyeon jumeok Doo jumeok Bo jumeok	Bjarnarhrammi Kastaníuhnefi (kjúka vísifingurs eða löngutangar skagar fram) Innanverður fótur Kross Blandað Hálfopinn hnefi / kattarhnefi Tvöfaldur Hulinn / hlífðar hnefi
Keopse (veikir punktar)	Bol Kwan ja no ri Mooreup Nun Sung kun Kang pat	Kjálki Gagnauga Hné Augu Á miðjum kálfa Nýru
Poomse Kyeoreugi	Taeguk Chil Jang Seabon kyereugi Hanbon kyereugi Jayoo kyeoreugi Hosinsul	25 talningar, Fjall, Gwe = Gan Þriggja skrefa bardagi nr:1-8 Eins skrefs bardagi, handatekni nr: 1-8 Fótatekni: 1-4, Samsetninga 1-2 Frjáls bardagi, nota tækni og hreyfingar rétt, nota mismunandi tækni. Losa tak ef haldið aftan frá.

Lágmark 6 mánuðir af æfingum frá síðasta prófi
Saga TKD - Ritgerð