

5. Kup

Blátt belti með rauðri rönd

	Kórenska	Dýðing
Stóður	Ap Koa Seogi Dwit Koa Seogi	Staða þar sem fotur krossar að framan Staða þar sem fotur krossar að aftan
Handatækni	Batangson momtong nolleo makki Batangson momtong an makki Palkoop dollyo chigi Palkoop pyojeok chigi Me jumeok naeryo chigi	Vörn niður á við með lófa Vörn inn á við með lófa, andstæður fótur og hönd Bogahögg með olnboga Olnboga högg í skotmark Högg niður á við með hamarshnefa
Fótatækni	Ieo chagi Seokgeo chagi Gooleo chagi Dwitdorra bandae dollyo chagi Ddwieo ap chagi Ddwieo chagi Mom dollyo chagi	Tvö spörk, hvert á eftir öðru með gagnstæðum fótum, hægri-vinstri Tvö mismunandi spörk í röð Spark með fremri fæti (aftari fótur rekur fremri áfram) Hringspark með krók (dwit hooryeo chagi) Framsark með hoppi Hopp spark, flugspark með fremri fæti Snúa líkama og sparka
Orðaforði	Mom Dwitkoomchi Dari Bal Balnal Bal keut Dari Ieo nolleo Hong Chong Myong sang Oen Oreun	Líkami Aftan á hæl Fótleggur Fótur Utanverður fótur Framan á tám Bein Í röð Niður Rauður (bardagamaður) Blár (bardagamaður) Hugleiðsla Vinstri Hægri
Keopse (veikir punktar)	Baek hae Dae shin moon Pal kwan joel	Hvirfill Ofarlega á enni Olbogabót
Poomse Kyeoreugi	Taeguk Oh Jang Hanbon kyeorugi Seabon kyeoreugi Jayoo kyeoreugi Hosinsul (sjálfsvörn)	20 Talningar, Vindur, Gwe=Seon Einskrefs bardagi = Handatækni 1-4 Þriggja skrefa bardagi nr.1-6 Frjáls bardagi 3 x 2 min. Rétt skotmörk, hraði og snerpa. Hálstak

Lágmark 6 mánuðir af æfingum frá síðasta prófi
Dómarareglur í sparring/ grunnþekking byrja og enda bardaga