

# CINTURÓN VERDE

(Programa de examen)

## SOGUI (Posiciones)

- Ap Sogui: paso corto.
- Ap Kubi: paso largo
- Chuchum Sogui: posición (montar a caballo)
- Chariot Sogui: pies totalmente juntos.
- Tuit Kubi Sogui: posición en “I”
- Naranji Sogui: pies anchura de la cadera, paralelos.

## SON KISUL MAKI (Defensas)

- Are Maqui
- Montong Maqui
- Montong An Maki
- Olgul Maqui
- Jan Sonnal Montong Bakat Maki
- Bakat Palmok Montong Bakat Maki: para fuera con la mano cerrada
- Sonnal Montong Maki: doble defensa con ambas manos abiertas
- Bantang Son Nulo Maki: hacia abajo con la mano abierta.

## SON KISUL GONKIOK (Ataques)

- Montong Bande Jirugui
- Olgul Bande Jirugui
- Montong Baro Jirugui
- Olgul Bande/Baro Jirugui
- Sonnal An Chigui
- Piong Son Kut Seuo Chirugui: ataque de cuchillo al estomago
- Dung Chumok Olgul Ape Chigui: golpe con parte exterior de los nudillos, a la boca.

## MOVIMIENTOS PUM

- Chebipum Mok Chigui: defensa alta y ataque a la vez al cuello.
- Kibom Chumbi: posición preparatoria de chumbi

## BAL KISUL (TECNICA DE PIE)

- Ap Chagui
- Dolyo Chagui
- Neryo Chagui
- Yop Chagui
- Tuit Chagui

## PUMPSE

- Taeguk Il Chang: 1º
- Taeguk I Chang: 2º
- Taeguk Sam Chang: 3º
- Taeguk Sa Chang: 4º

## VOCABULARIO COREANO

- |                       |                        |                       |
|-----------------------|------------------------|-----------------------|
| • Chariot: Firme      | • Kukie Dejaio Kionne: | • Montong: Zona Media |
| • Sabonim: Maestro    | • Saludo Bandera       | • Are: Abajo          |
| • Sabonim Que Kionne: | • Ti: Cinturón         | • Uen: Izquierda      |
| • Saludar Al Maestro  | • Hong: Rojo           | • Orum: Derecha       |
| • Dobok: Traje Tkd    | • Chong: Azul          |                       |
| • Kionñe: Saludo      | • Olgul: Arriba        |                       |