

CINTURÓN NEGRO 2 °DAN

TUL OBLIGATORIO

- EUI AM
- CHOONG JANG
- JUCHE

* Se pedirá la cantidad de tuls de cintos de color que el tribunal estime oportuno.

POSICIONES BÁSICAS

- GUNUN SO SONKAL NAJUNDE ANURO MAKGI**- Bloqueo hacia adentro con el canto de la mano, a la zona baja en posición de paso.
- GUNUN SO KYOCHA JOOMUK NAERYO MAKGI**- Bloqueo descendente cruzando los puños al frente a la altura del plexo solar, en posición de paso.
- GUNUN SO SONKAL BANDAE CHOOKYO MAKGI**- Bloqueo a la zona superior con el canto de la mano contraria al pie que avanza, en posición de paso.
- KYOCHA SO DUNG JOOMUK NOPUNDE AP TAEREGI**- Golpe con el reverso de los nudillos al frente, a la altura de la cara, en posición en "X".
- GUNUN SO NOPUNDE BANDAL JIRUGI**- Golpe de puño circular a la altura de la barbilla, con la mano contraria al pie que avanza, en posición de paso.
- NARANI SO KAUNDE DOLLYO JIRUGI**- Golpe de puño circular a la zona del plexo solar, en posición preparatoria de ancho de hombros.
- GUNUN SO SONKAL KAUNDE HECHO MAKGI**- Doble bloqueo al frente con el canto de las manos a la zona media, en posición de paso.
- **DWITBAL SO EUHKALLIN SONBADAK NAERYO MAKGI**- Doble bloqueo con las palmas de las manos, a la altura del plexo solar, en posición en L corta con peso atrás.
- IBO OMGYO DIDIMYO DURUOGI**- Doble paso hacia atrás.
- GUNUN SO DOO SONGARAK BANDAE TULGI**- Ataque a los ojos con los dedos índice y medio de la mano contraria al pie que avanza, en posición de paso.
- DWIRO OMGYO DIDIGO MIKULMYO DOLGI**- Paso hacia atrás girando por delante y desplazamiento.
- MORUP APCHA BUSIGI**- Patada frontal percutante con la rodilla.
- DWITBAL SO SANG SONBADAK NOOLO MAKGI**- Bloqueo doble de presión con las palmas de las manos, en posición el L corta con el peso atrás.
- GUNUN SO BAKAT PALMOK NOPUNDE BARO AP MAKGI**- Bloqueo hacia adentro con el exterior del antebrazo altura de los ojos en posición de paso.
- NINJA SO SONDUNG NAERYO TAEREGI**- Golpe con el dorso de la mano abierta en forma descendente a la altura del plexo solar, en posición en L.
- GUNUN SO DUNG JOOMUK YOBAP TAEREGI**- Golpe con el reverso de los nudillos al frente a la altura de los ojos en línea con el hombro, en posición de paso.
- GUNUN SO GUTJA MAKGI**- Doble bloqueo al frente con el exterior e interior del antebrazo, a las zonas baja y media, en posición de paso.
- GUNUN SO SANG SONKAL SOOPYONG TAEREGI**- Doble ataque hacia atrás con el canto de ambas manos a la zona media, en posición de paso.
- GUNUN SO BANDAL SON NOPUNDE BANDAE AP TAEREGI**- Golpe con agarre al cuello con el arco de la mano contraria al pie que avanza, en posición de paso.
- MOA SO SANG INJI JOOMUK BANDAL JIRUGI**- Doble golpe circular a la sien con el nudillo secundario de ambas manos, en posición preparatoria cerrada.
- GUNUN SO PYONJOMUK NOPUNDE BANDAE JIRUGI**- Golpe con el talón de la mano a la zona de la barbilla, en posición de paso.
- WAEBAL SO BAKAT PALMOK NARANI MAKGI**- Doble bloqueo con el interior de los antebrazos al frente a la altura de los ojos, en posición preparatoria de patada lateral.
- KYOCHA SO DUNG JOOMUK NAERYO TAEREGI**- Golpe con el reverso de los nudillos en forma descendente en posición en X.
- ANUN SO OPUN SONKUT BAKURO GUTGI**- Golpe con la punta de los dedos a los ojos, en posición semi sentado.

-GUNUN SO NOPUN PALKUP TAEREGI- Golpe con el codo al frente a la altura de los ojos, en posición de paso.

-SONKAL TWIO DOLMYO TAEREGI- Golpe con el canto de la mano en salto y giro de 360°.

-GOKGAENG-I CHAGI- Patada descendente al trapecio.

-GUNUN SO BANDALSON BANDAL TAEREGI- Golpe circular con el arco de la mano al cuello, en posición de paso.

-DWITBAL SO SUN PALKUP NAERYO TULGI- Golpe de codo descendente a la altura del plexo solar, en posición en L con el peso atrás.

-GUNUN SO SANG SONKAL ANURO TAEREGI- Doble golpe con el canto de ambas manos al cuello, en posición de paso.

-GUNUN SO NAERYO JIRUGI- Golpe de puño descendente.

-DWIRO IBO OMGYO DIDIMYO MIKULGI- Doble paso atrás con desplazamiento.

-NINJA SO BAKAT PALMOK NAERYO MAKGI- Bloqueo descendente con el exterior del antebrazo a la zona media, en posición en L.

-PIHAMYO BANDAE DOLLYO CHAGI- Patada circular por detrás con desplazamiento hacia atrás.

-SASUN SO SANG SONBADAK CHOOKYO MAKGI- Doble bloqueo con las palmas de las manos hacia la zona superior, en posición semi sentado diagonal.

-GUBURYO JUNBY SOGI B- Posición preparatoria de patada lateral por detrás.

-NINJA SO DUNG JOOMUK SOOPYONG TAEREGI- Golpe con el reverso de los nudillos y brazo estirado, en posición en L.

-TWIMYO YONSOK JIRUGI- Doble ataque de mano en salto.

TÉCNICAS DE PIERNA

-En combinación 20 técnicas.

SAMBO MATSOGI

Combate a tres pasos: 16 ejercicios.

IBO MATSOGI

Combate a dos pasos: 13 ejercicios.

ILBO MATSOGI

Combate a un paso: 15 ejercicios.

MOBUM MATSOGI

Combate preestablecido: 7 ejercicios.

HOSINSUL

Defensa personal: 30 ejercicios.

HOSINSUL ENCADENADO

Defensa personal con varios ataques: 7 ejercicios.

GUJARE DOLGI

Técnicas de giro: 4 ejercicios.

OMGYO DIDIMYO DOLGI

Técnicas de paso y giro: 4 ejercicios.

IBO OMGYO DIDIMYO DOLGI:

Técnicas de doble paso y giro: 4 ejercicios.

SOLTARSE DE UN AGARE: 12 ejercicios.

TÉCNICAS DE ROMPIMIENTO: 2 ejercicios.

TÉCNICAS ESPECIALES

Tres o cuatro referencias en el aire: 3 ejercicios.

TEORÍA

Significado de EUI AM/CHOONG JANG/JUCHE.

Explicación de las técnicas de mano y pie descritas y su aplicación.

Otras preguntas.