



Selvforsvar:		KYUPA/Brekking:	K/I/H
10-8 cup gult belte Taegeuk Il Jang	1+7 sekvens	Palkup pyojeok jireugi	
8-7 cup grønn stripe Taegeuk Yi Jang	1+3 sekvens	Palkup pyojeok jireugi Apchuk ap chagi	K1-3
7-6 cup grønt belte Taegeuk Sam Jang	1+3 sekvens	Apchuk ap chagi Hansonnal bakkat jireugi	K1-3
6-5 cup blå stripe Taegeuk Sa Jang	1+3 sekvens	Hansonnal bakkat jireugi Apchuk dollyo chagi	K1-6
5-4 cup blått belte Taegeuk Oh Jang	1+4 sekvens	Apchuk dollyo chagi Yeop chagi	K1-6
4-3 cup rød stripe Taegeuk Yuk Jang	1+7 sekvens	Yeop chagi Hansonnal an jireugi	I1-3
3-2 cup rødt belte Taegeuk Chil Jang	1+4 sekvens	Yeop chagi Hansonnal an jireugi Twimio ap chagi	I1-6
2-1 cup sort stripe Taegeuk Pal Jang	1+3 sekvens	Twimio ap chagi Naeryo chagi Dwit chagi	I1-9
1. Dan Sort belte Poomsae Koryo	1+3+X sekvens	Valgfritt 2 hånd 2 fot	I1-9
2. Dan sort Belte Poomsae Keumgang	1+3 sekvens	Valgfritt 2 hånd 2 fot Fot: Twimio og Twio	H1-8
3. Dan sort Belte Poomsae Taebaek	1+4 sekvens	Valgfritt 2 hånd 2 fot Fot: Twimio og Twio	H1-8
4. Dan sort Belte Poomsae Pyongwon Poomsae Sipjin	1+X sekvens 1+X sekvens	Valgfritt 4 hånd 4 fot Fot: Twimio og Twio	H1-8