



## CINTURÓN AMARILLO

### 1º NAK BOP SUL (Técnicas de caída)

Frontal, Lateral, de espaldas y frontal con rodamiento (se permite para este grado rodar desde mediana altura).

### 2º HYOLDO SUL (Técnicas de presión)

El aspirante deberá realizar 2 técnicas.

### 3º JASAE SUL (posiciones).

Ap Sogui- Ap Kubi- Chuchumng Sogui y Tuit Kubi Sogui.

### 4º KONG KIOK SUL (técnicas de ataque)

Montong Jirugi- Sognal An Chigui- Sognal Bakat Chigui- Checho Jirugui- Dung Chumok Ap Chiguis.

### 5º BHANG UH SUL (Técnicas de Bloqueo)

Con un compañero que efectúe técnicas de ataque con puño deberá efectuarse al menos tres bloqueos.

Con un compañero que efectúe técnicas de ataque con pie deberá efectuarse al menos tres bloqueos.

### 6º PAEGUI SUL (Técnicas de escape)

El aspirante deberá efectuar con la ayuda de un compañero 4 técnicas de escape o salidas.

### 7º JOK SUL (Técnicas de Piernas)

Dos técnicas de Pierna a nivel bajo- Dos a nivel Medio- Dos a nivel alto- Dos en Salto.

(nota... para mayores de treinta años no será exigible el nivel alto)

### 8º KOKKI SUL (Técnicas de Luxación)

El Aspirante deberá efectuar 1 combinación de 4 técnicas de luxación.

### 9º HOBOSUL (Técnicas de proyección)

El Aspirante deberá efectuar 2 técnicas de proyección, una de forma estática y otra en movimiento.



## CINTURÓN NARANJA

### 1º NAK BOP SUL (Técnicas de caída)

Frontal, frontal con rodamiento, lateral, de espaldas y de espaldas con rodamiento.

### 2º HYOLDOL SUL (Técnicas de presión)

El aspirante deberá realizar 3 técnicas.

### 3º JASAE SUL (posiciones).

Ap Sogui- Ap Kubi- Chuchumng Sogui - Tuit Kubi Sogui. Bon Sogui.

### 4º KONG KIOK SUL (técnicas de ataque)

Montong Jirugi- Sognal An Chigui- Sognal Bakat Chigui- Checho Jirugui- Dung Chumok Ap Chigui.

Me Chumok Neryo Chigui- Me Chumok Bakat Chigui- Pion Sen Kut Seuo jirugi- Sognal dun Olio Chigui y Jan Son Kut.

### 5º BHANG UH SUL (Técnicas de Bloqueo)

Con un compañero que efectúe técnicas de ataque con puño deberá efectuarse al menos cuatro bloqueos.

Con un compañero que efectúe técnicas de ataque con pie deberá efectuarse al menos cuatro bloqueos.

### 6º PAEGUI SUL (Técnicas de escape)

El aspirante deberá efectuar con la con la ayuda de un compañero 6 técnicas de escape o salidas.

### 7º JOK SUL (Técnicas de Piernas)

Tres técnicas de Pierna a nivel bajo- Tres a nivel Medio- Tres a nivel alto- Tres en Salto.

(Nota... para mayores de treinta años no será exigible el nivel alto)

### 8º KOKKI SUL (Técnicas de Luxación)

El Aspirante deberá efectuar 2 combinaciones de 4 técnicas de luxación.

### 9ª HOBOL SUL (Técnicas de proyección)

El Aspirante deberá efectuar 4 técnicas de proyección, dos de forma estática y dos en movimiento.



## CINTURÓN VERDE

### 1º NAK BOP SUL (Técnicas de caída)

Frontal, frontal con rodamiento, lateral, de espaldas de espaldas con rodamiento levantándose en guardia.

### 2º HYOLDOL SUL (Técnicas de presión)

El aspirante deberá realizar 5 técnicas.

### 3º JASAE SUL (posiciones).

Ap Sogui- Ap Kubi- Chuchumng Sogui - Tuit Kubi Sogui. Bon Sogui. Tuit Koa Sogui.

### 4º KONG KIOK SUL (técnicas de ataque)

Monton Jirugi- Sognal An Chigui- Sognal Bakat Chigui- Checho Jirugi- Dung Chumok Ap Chigui- Me Chumok Neryo Chigui- Me Chumok Bakat Chigui- Pion Sen Kut Seuo jirugi- Sognal dun Olio Chigui y Jan Son Kut.

Batang Song Olio Chigui – Me Chumok Mon Dolio Bakat Chigui.

### 5º BHANG UH SUL (Técnicas de Bloqueo)

Con un compañero que efectúe técnicas de ataque con puño deberá efectuarse al menos cuatro bloqueos.

Con un compañero que efectúe técnicas de ataque con pie deberá efectuarse al menos cuatro bloqueos.

### 6º PAEGUI SUL (Técnicas de escape)

El aspirante deberá efectuar con la con la ayuda de un compañero 8 técnicas de escape o salidas.

### 7º JOK SUL (Técnicas de Piernas)

Tres técnicas de Pierna a nivel bajo- Tres a nivel Medio- Tres a nivel alto- Tres en Salto.

(Nota... para mayores de treinta años no será exigible el nivel alto)

### 8º KOKKI SUL (Técnicas de Luxación)

El Aspirante deberá efectuar 2 combinaciones de 4 técnicas de luxación.

### 9º HOBOL SUL (Técnicas de proyección)

El Aspirante deberá efectuar 4 técnicas de proyección, dos de forma estática y dos en movimiento.

### 10º KOCHONG SUL (técnicas de control en suelo)

El aspirante deberá realizar 1 combinación de 4 técnicas incluyendo 2 boca arriba y 2 boca abajo.



## CINTURÓN AZUL

### 1º NAK BOP SUL (Técnicas de caída)

Frontal, frontal con rodamiento, lateral, de espaldas de espaldas con rodamiento levantándose en guardia y frontal con rodamiento sin tocar con los brazos el suelo es decir con manos en el cinto.

### 2º HYOLDOL SUL (Técnicas de presión)

El aspirante deberá realizar 6 técnicas.

### 3º JASAE SUL (posiciones).

Ap Sogui- Ap Kubi- Chuchumng Sogui - Tuit Kubi Sogui. Bon Sogui. Tuit Koa Sogui. Ap Koa Sogui.

### 4º KONG KIOK SUL (técnicas de ataque)

Monton Jirugi- Sognal An Chigui- Sognal Bakat Chigui- Checho Jirugi- Dung Chumok Ap Chigui-

Me Chumok Neryo Chigui- Me Chumok Bakat Chigui- Pion Sen Kut Seuo Jirugi- Sognal dun Olio Chigui y Jan Son Kut.

Batang Song Olio Chigui – Me Chumok Mon Dolio Bakat Chigui. Chumok Seuo Chirugui-Me Chumok an Chigui.

### 5º BHANG UH SUL (Técnicas de Bloqueo)

Con un compañero que efectúe técnicas de ataque con puño deberá efectuarse al menos cuatro bloqueos.

Con un compañero que efectúe técnicas de ataque con pie deberá efectuarse al menos cuatro bloqueos.

### 6º PAEGUI SUL (Técnicas de escape)

El aspirante deberá efectuar con la con la ayuda de un compañero 10 técnicas de escape o salidas.

### 7º JOK SUL (Técnicas de Piernas)

Tres técnicas de Pierna a nivel bajo- 4 a nivel Medio- 4 a nivel alto- 3 en Salto.

(Nota... para mayores de treinta años no será exigible el nivel alto)

### 8º KOKKI SUL (Técnicas de Luxación)

El Aspirante deberá efectuar 2 combinaciones de 4 técnicas de luxación.

### 9º HOBOL SUL (Técnicas de proyección)

El Aspirante deberá efectuar 6 técnicas de proyección, dos de forma estática y dos en movimiento.

### 10º KOCHONG SUL (técnicas de control en suelo)

El aspirante deberá realizar 2 combinación de 4 técnicas incluyendo boca arriba y boca abajo.



## CINTURÓN MARRÓN

### 1º NAK BOP SUL (Técnicas de caída)

Frontal, frontal con rodamiento, lateral, de espaldas de espaldas con rodamiento levantándose en guardia, Frontal con rodamiento con las manos en el cinto y lateral con rodamiento.

### 2º HYOLDO SUL (Técnicas de presión)

El aspirante deberá realizar 8 técnicas.

### 3º JASAE SUL (posiciones).

Ap Sogui- Ap Kubi- Chuchumng Sogui - Tuit Kubi Sogui. Bon Sogui. Tuit Koa Sogui y Ap Koa Sogui.

### 4º KONG KIOK SUL (técnicas de ataque)

Monton Jirugi- Sognal An Chigui- Sognal Bakat Chigui- Checho Jirugi- Dung Chumok Ap Chigui-

Me Chumok Neryo Chigui- Me Chumok Bakat Chigui- Pion Sen Kut Seuo Jirugi- Sognal dun Olio Chigui - Jan Son Kut.

Batang Song Olio Chigui – Me Chumok Mon Dolio Bakat Chigui. Chumok Seuo Chirugui-Me Chumok an Chigui.

Me Chumok Yop Olio

Chigui-Du Chumok Checho Jirugi-Pion Sen Kut Checho Jirugi y Dung Chumok Dolio Chigui.

### 5º BHANG UH SUL (Técnicas de Bloqueo)

Con un compañero que efectúe técnicas de ataque con puño deberá efectuarse al menos cinco bloqueos.

Con un compañero que efectúe técnicas de ataque con pie deberá efectuarse al menos cinco bloqueos.

### 6º PAEGUI SUL (Técnicas de escape)

El aspirante deberá efectuar con la con la ayuda de un compañero 12 técnicas de escape o salidas.

### 7º JOK SUL (Técnicas de Piernas)

4 técnicas de Pierna a nivel bajo- 4 a nivel Medio- 4 a nivel alto- 3 en Salto. (Nota... para mayores de treinta años no será exigible el nivel alto)

### 8º KOKKI SUL (Técnicas de Luxación)

El Aspirante deberá efectuar 3 combinaciones de 4 técnicas de luxación.

### 9º HOBOSUL (Técnicas de proyección)

El Aspirante deberá efectuar 6 técnicas de proyección 3 de forma estática y 3 en movimiento.

### 10º KOCHONG SUL (técnicas de control en suelo)

El aspirante deberá realizar 2 combinaciones de 4 técnicas incluyendo boca arriba y boca abajo y con al menos un puenteo.

### 11º MOKCHORUGUI SUL (Técnicas de estrangulación)

El Aspirante deberá efectuar al menos 4 técnicas de estrangulación.



## CINTURÓN NEGRO 1º DAN

### 1º SON DO/JON HO NOR (Ejercicios Respiratorios)

El Aspirante deberá realizar 4 técnicas.

### 2º NAK BOP SUL (Técnicas de Caídas)

El Aspirante debe realizar una combinación técnica de al menos 9 movimientos.

### 3º HYOLDOL SUL (Puntos de Presión)

El Aspirante deberá realizar al menos 8 técnicas.

### 4º JASAE SUL (Posiciones)

El Aspirante deberá realizar una combinación de al menos 8 técnicas, no pudiendo repetir ninguna de estas y manteniendo los puños siempre cerrados y en la cintura.

### 5º PUMSE

El Aspirante deberá realizar una combinación de al menos 20 movimientos en la que se incluya técnicas de: bloqueos, golpes con pie, manos (cerradas y con el canto de estas) esquivas, proyecciones, luxaciones y escapes, siempre con un enemigo imaginario.

### 6º PAEGUI SUL (Técnicas de Salida)

El Aspirante deberá realizar ayudado de un compañero, 12 técnicas, alternando los distintos tipos de agarre de muñeca.

### 7º JOK SUL (Técnicas de piernas)

. a) con un compañero

. 6 Técnicas a nivel bajo (Hadan Jok Sul)

. 6 Técnicas a nivel medio (Chundang Jok Sul)

. 6 Técnicas a nivel alto (Sandang Jok Sul)

. 6 Técnicas en salto (Tuio Jok Sul)

b) Bok Shik Jok Sul (sin compañero)

1) Sobre el mismo sitio:

2) 3 combinaciones de patadas dobles, sin tocar el suelo y con la misma pierna. Al frente y al frente, al frente y lateral y al frente y atrás.

3) Avanzando: Una combinación de patadas hacia delante y hacia atrás de al menos 8 técnicas.

### 8º KOKKI SUL (Técnicas de luxación)

El Aspirante deberá realizar 3 Combinaciones concatenadas de 4 Técnicas cada una, no pudiendo repetir ninguna de las técnicas en las diferentes combinaciones.

### 9º HOBOSUL (Proyecciones)



El Aspirante deberá realizar 8 técnicas (4 en estático) y 4 en movilidad, no pudiendo repetir ninguna de las técnicas.

#### 10º KOCHONG SUL (Técnicas de control)

El aspirante deberá realizar 3 combinaciones, de un mínimo de 4 técnicas cada una. En cada combinación se deberán incluir técnicas boca arriba, boca abajo y al menos un puenteo.

#### 11º MOKCHORUGUI SUL (Técnicas de estrangulación)

El Aspirante deberá realizar 6 técnicas.

#### 12º HO SIN SUL (Defensa Personal)

- . 4 técnicas contra agarres
- . 4 contra ataques de puños
- . 4 contra ataques de piernas
- . 4 contra ataques estando sentado o arrodillado
- . 4 estando tumbado
- . 4 contra ataques de cuchillo (sin cuchillo real)
- . 4 utilizando esquivas o movimientos circulares.

En este apartado será de carácter obligatorio que se vean identificadas las técnicas del HAPKIDO, por lo que deberán aparecer como sistema principal de la acción una gran variedad de técnicas tales como: Proyecciones, Luxaciones,

Patadas, Golpes, Luxaciones etc.

#### NOTAS

Todos los grupos de técnicas deberán realizarse al 50 % por la Izquierda y por la derecha.

El cuchillo deberá ser simulado, de madera o plástico reconocible a la vista.

El Tribunal podrá pedir cada técnica por separado y el Aspirante explicar su desarrollo.

Los Tuio Yok Sul deberán realizarse en las tres alturas.

Para Aspirantes mayores de 30 años, las técnicas de piernas en salto y a nivel alto no serán resolutorias en el examen, por el contrario, se utilizarán si el aspirante renunciase a ese derecho como apartado para subir nota.



## CINTURÓN NEGRO 2º DAN

1º SON DO/JON HO NOR (Ejercicios Respiratorios)

El Aspirante deberá realizar 5 técnicas.

2º NAK BOP SUL (Técnicas de Caídas)

El Aspirante debe realizar una combinación técnica de al menos 10 movimientos.

3º HYOLDOL SUL (Puntos de Presión)

El Aspirante deberá realizar al menos 10 técnicas.

4º JASAE SUL (Posiciones)

El Aspirante deberá realizar una combinación de al menos 10 técnicas, no pudiendo repetir ninguna de estas y manteniendo los puños siempre cerrados y en la cintura.

5º PUMSE

El Aspirante deberá realizar una combinación de al menos 24 movimientos en la que se incluya técnicas de: bloqueos, golpes con pie, manos (cerradas y con el canto de estas) esquivas, proyecciones, luxaciones y escapes, siempre con un enemigo imaginario.

6º PAEGUI SUL (Técnicas de Salida)

El Aspirante deberá realizar ayudado de un compañero, 14 técnicas, alternando los distintos tipos de agarre de muñeca.

7º JOK SUL (Técnicas de piernas)

. a) con un compañero

. 8 Técnicas a nivel bajo (Hadan Jok Sul)

. 8 Técnicas a nivel medio (Chundang Jok Sul)

. 8 Técnicas a nivel alto (Sandang Jok Sul)

. 8 Técnicas en salto (Tuio Jok Sul)

b) Bok Shik Jok Sul (sin compañero)

1) Sobre el mismo sitio:

2) 4 combinaciones de patadas dobles, sin tocar el suelo y con la misma pierna. Al frente y al frente, al frente y lateral y al frente y atrás.

3) Avanzando: Una combinación de patadas hacia delante y hacia atrás de al menos 10 técnicas.

8º KOKKI SUL (Técnicas de luxación)

El Aspirante deberá realizar 4 Combinaciones concatenadas de 5 Técnicas cada una, no pudiendo repetir ninguna de las técnicas en las diferentes combinaciones.

9º HOBOL SUL (Proyecciones)





## FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE ARTES MARCIALES COREANAS Y DISCIPLINAS ASOCIADAS

### ESCUELA NACIONAL DE HAPKIDO



El Aspirante deberá realizar 10 técnicas (5 en estático) y 5 en movilidad, no pudiendo repetir ninguna de las técnicas.

#### 10º KOCHONG SUL (Técnicas de control)

El aspirante deberá realizar 4 combinaciones, de un mínimo de 5 técnicas cada una. En cada combinación se deberán incluir técnicas boca arriba, boca abajo y al menos un puenteo.

#### 11º MOKCHORUGUI SUL (Técnicas de estrangulación)

El Aspirante deberá realizar 8 técnicas.

#### 12º HO SIN SUL (Defensa Personal)

- . 5 técnicas contra agarres
- . 5 contra ataques de puños
- . 5 contra ataques de piernas
- . 5 contra ataques estando sentado o arrodillado
- . 5 estando tumbado
- . 5 contra ataques de cuchillo (sin cuchillo real)
- .5 utilizando esquivas o movimientos circulares.

En este apartado será de carácter obligatorio que se vean identificadas las técnicas del HAPKIDO, por lo que deberán aparecer como sistema principal de la acción una gran variedad de técnicas tales como: Proyecciones, Luxaciones,

Patadas, Golpes, Luxaciones etc.

#### NOTAS

Todos los grupos de técnicas deberán realizarse al 50 % por la Izquierda y por la derecha.

El cuchillo deberá ser simulado, de madera o plástico reconocible a la vista.

El Tribunal podrá pedir cada técnica por separado y el

Aspirante explicar su desarrollo.

Los Tuio Yok Sul deberán realizarse en las tres alturas.

Para Aspirantes mayores de 30 años, las técnicas de pierna en salto y a nivel alto no serán resolutorias en el examen, por el contrario, se utilizarán si el aspirante renunciase a ese derecho como apartado para subir nota.



## CINTURÓN NEGRO 3º DAN

### 1º SON DO/JON HO NOR (Ejercicios Respiratorios)

El Aspirante deberá realizar 6 técnicas.

### 2º NAK BOP SUL (Técnicas de Caídas)

El Aspirante debe realizar una combinación técnica de al menos 12 movimientos.

### 3º HYOLDOL SUL (Puntos de Presión)

El Aspirante deberá realizar al menos 12 técnicas.

### 4º JASAE SUL (Posiciones)

El Aspirante deberá realizar una combinación de al menos 12 técnicas, no pudiendo repetir ninguna de estas y manteniendo los puños siempre cerrados y en la cintura.

### 5º PUMSE

El Aspirante deberá realizar una combinación de al menos 24 movimientos en la que se incluya técnicas de: bloqueos, golpes con pie, manos (cerradas y con el canto de estas) esquivas, proyecciones, luxaciones y escapes, siempre con un enemigo imaginario.

### 6º PAEGUI SUL (Técnicas de Salida)

El Aspirante deberá realizar ayudado de un compañero, 16 técnicas, alternando los distintos tipos de agarre de muñeca.

### 7º JOK SUL (Técnicas de piernas)

- . a) con un compañero
- . 10 Técnicas a nivel bajo (Hadan Jok Sul)
- . 10 Técnicas a nivel medio (Chundang Jok Sul)
- . 10 Técnicas a nivel alto (Sandang Jok Sul)
- . 8 Técnicas en salto (Tuio Jok Sul)
- b) Bok Shik Jok Sul (sin compañero)
- 1) Sobre el mismo sitio:
- 2) 6 combinaciones de patadas dobles, sin tocar el suelo y con la misma pierna. Al frente y al frente, al frente y lateral y al frente y atrás.
- 3) Avanzando: Una combinación de patadas hacia delante y hacia atrás de al menos 12 técnicas.

### 8º KOKKI SUL (Técnicas de luxación)

El Aspirante deberá realizar 6 Combinaciones concatenadas de 5 Técnicas cada una, no pudiendo repetir ninguna de las técnicas en las diferentes combinaciones.

### 9º HOBOSUL (Proyecciones)



El Aspirante deberá realizar 12 técnicas (6 en estático) y 6 en movilidad, no pudiendo repetir ninguna de las técnicas.

#### 10º KOCHONG SUL (Técnicas de control)

El aspirante deberá realizar 6 combinaciones, de un mínimo de 6 técnicas cada una. En cada combinación se deberán incluir técnicas boca arriba, boca abajo y al menos un puenteo.

#### 11º MOKCHORUGUI SUL (Técnicas de estrangulación)

El Aspirante deberá realizar 10 técnicas.

#### 12º HO SIN SUL (Defensa Personal)

- . 6 técnicas contra agarres
- . 6 contra ataques de puños
- . 6 contra ataques de piernas
- . 6 contra ataques estando sentado o arrodillado
- . 6 estando tumbado
- . 6 contra ataques de cuchillo (sin cuchillo real)
- . 6 utilizando esquivas o movimientos circulares.

En este apartado será de carácter obligatorio que se vean identificadas las técnicas del HAPKIDO, por lo que deberán aparecer como sistema principal de la acción una gran variedad de técnicas tales como: Proyecciones, Luxaciones,

Patadas, Golpes, Luxaciones etc.

#### NOTAS

Todos los grupos de técnicas deberán realizarse al 50 % por la Izquierda y por la derecha.

El cuchillo deberá ser simulado, de madera o plástico reconocible a la vista.

El Tribunal podrá pedir cada técnica por separado y el Aspirante explicar su desarrollo.

Los Tuio Yok Sul deberán realizarse en las tres alturas.

Para Aspirantes mayores de 30 años, las técnicas de pierna en salto y a nivel alto no serán resolutorias en el examen, por el contrario, se utilizarán si el aspirante renunciase a ese derecho como apartado para subir nota.



## CINTURÓN NEGRO 4º DAN

### 1º SON DO/JON HO NOR (Ejercicios Respiratorios)

El Aspirante deberá realizar 8 técnicas.

### 2º NAK BOP SUL (Técnicas de Caídas)

El Aspirante debe realizar una combinación técnica de al menos 14 movimientos.

### 3º HYOLDO SUL (Puntos de Presión)

El Aspirante deberá realizar al menos 15 técnicas.

### 4º JASAE SUL (Posiciones)

El Aspirante deberá realizar una combinación de al menos 15 técnicas, no pudiendo repetir ninguna de estas y manteniendo los puños siempre cerrados y en la cintura.

### 5º PUMSE

El Aspirante deberá realizar una combinación de al menos 26 movimientos en la que se incluya técnicas de: bloqueos, golpes con pie, manos (cerradas y con el canto de estas) esquivas, proyecciones, luxaciones y escapes, siempre con un enemigo imaginario.

### 6º PAEGUI SUL (Técnicas de Salida)

El Aspirante deberá realizar ayudado de un compañero, 25 técnicas, alternando los distintos tipos de agarre de muñeca.

### 7º JOK SUL (Técnicas de piernas)

- . a) con un compañero
- . 12 Técnicas a nivel bajo (Hadan Jok Sul)
- . 12 Técnicas a nivel medio (Chundang Jok Sul)
- . 12 Técnicas a nivel alto (Sandang Jok Sul)
- . 8 Técnicas en salto (Tuio Jok Sul)
- b) Bok Shik Jok Sul (sin compañero)
- 1) Sobre el mismo sitio:
- 2) 8 combinaciones de patadas dobles, sin tocar el suelo y con la misma pierna. Al frente y al frente, al frente y lateral y al frente y atrás.
- 3) Avanzando: Una combinación de patadas hacia delante y hacia atrás de al menos 14 técnicas.

### 8º KOKKI SUL (Técnicas de luxación)

El Aspirante deberá realizar 8 Combinaciones concatenadas de 5 Técnicas cada una, no pudiendo repetir ninguna de las técnicas en las diferentes combinaciones.

### 9º HOBO SUL (Proyecciones)



El Aspirante deberá realizar 14 técnicas (7 en estático) y 7 en movilidad, no pudiendo repetir ninguna de las técnicas.

#### 10º KOCHONG SUL (Técnicas de control)

El aspirante deberá realizar 8 combinaciones, de un mínimo de 8 técnicas cada una. En cada combinación se deberán incluir técnicas boca arriba, boca abajo y al menos un puenteo.

#### 11º MOKCHORUGUI SUL (Técnicas de estrangulación)

El Aspirante deberá realizar 10 técnicas.

#### 12º HO SIN SUL (Defensa Personal)

EL ASPIRANTE REALIZARÁ UNA COMBINACIÓN TÉCNICA, ACOMPAÑADO DE UNO O VARIOS COMPAÑEROS, DE UN MÍNIMO DE 3 MINUTOS, EN LA QUE DEMOSTRARÁ AL TRIBUNAL, SU CONCEPCIÓN PERSONAL DEL HAPKIDO.

En este apartado será de carácter obligatorio que se vean identificadas las técnicas del HAPKIDO, por lo que deberán aparecer como sistema principal de la acción una gran variedad de técnicas tales como: Proyecciones, Luxaciones,

Patadas, Golpes de mano cerrada, de mano en forma de canto, Defensas, etc.

#### NOTAS

Todos los grupos de técnicas deberán realizarse al 50 % por la Izquierda y por la derecha.

El cuchillo deberá ser simulado, de madera o plástico reconocible a la vista.

El Tribunal podrá pedir cada técnica por separado y el Aspirante explicar su desarrollo.

Los Tuio Yok Sul deberán realizarse en las tres alturas.

Salvo para Aspirantes mayores de 30 años, a los que las técnicas de pierna en salto y a nivel alto no serán resolutorias en el examen, por el contrario, se utilizarán si el aspirante renunciase a ese derecho como apartado para subir nota.



## CINTURÓN NEGRO 5º DAN

1º SON DO/JON HO NOR (Ejercicios Respiratorios)

El Aspirante deberá realizar 10 técnicas.

2º NAK BOP SUL (Técnicas de Caídas)

El Aspirante debe realizar una combinación técnica de al menos 20 movimientos.

3º HYOLDO SUL (Puntos de Presión)

El Aspirante deberá realizar al menos 25 técnicas.

4º JASAE SUL (Posiciones)

El Aspirante deberá realizar una combinación de al menos 15 técnicas, no pudiendo repetir ninguna de estas y manteniendo los puños siempre cerrados y en la cintura.

5º PUMSE

El Aspirante deberá realizar una combinación de al menos 28 movimientos en la que se incluya técnicas de: bloqueos, golpes con pie, manos (cerradas y con el canto de estas) esquivas, proyecciones, luxaciones y escapes, siempre con un enemigo imaginario.

6º PAEGUI SUL (Técnicas de Salida)

El Aspirante deberá realizar ayudado de un compañero, 30 técnicas, alternando los distintos tipos de agarre de muñeca.

7º JOK SUL (Técnicas de piernas)

. a) con un compañero

. 12 Técnicas a nivel bajo (Hadan Jok Sul)

. 12 Técnicas a nivel medio (Chundang Jok Sul)

. 12 Técnicas a nivel alto (Sandang Jok Sul)

. 8 Técnicas en salto (Tuio Jok Sul)

b) Bok Shik Jok Sul (sin compañero)

1) Sobre el mismo sitio:

2) 8 combinaciones de patadas dobles, sin tocar el suelo y con la misma pierna. Al frente y al frente, al frente y lateral y al frente y atrás.

3) Avanzando: Una combinación de patadas hacia delante y hacia atrás de al menos 14 técnicas.



#### 8º KOKKI SUL (Técnicas de luxación)

El Aspirante deberá realizar 10 Combinaciones concatenadas de 5 Técnicas cada una, no pudiendo repetir ninguna de las técnicas en las diferentes combinaciones.

#### 9º HOBO SUL (Proyecciones)

El Aspirante deberá realizar 14 técnicas (7 en estático) y 7 en movilidad, no pudiendo repetir ninguna de las técnicas.

#### 10º KOCHONG SUL (Técnicas de control)

El aspirante deberá realizar 8 combinaciones, de un mínimo de 8 técnicas cada una. En cada combinación se deberán incluir técnicas boca arriba, boca abajo y al menos un puenteo.

#### 11º MOKCHORUGUI SUL (Técnicas de estrangulación)

El Aspirante deberá realizar 10 técnicas.

#### 12º HO SIN SUL (Defensa Personal)

EL ASPIRANTE REALIZARÁ UNA COMBINACIÓN TÉCNICA, ACOMPAÑADO DE UNO O VARIOS COMPAÑEROS, DE UN MÍNIMO DE 5 MINUTOS, EN LA QUE DEMOSTRará AL TRIBUNAL, SU CONCEPCIÓN PERSONAL DEL HAPKIDO.

En este apartado será de carácter obligatorio que se vean identificadas las técnicas del HAPKIDO, por lo que deberán aparecer como sistema principal de la acción una gran variedad de técnicas tales como: Proyecciones, Luxaciones,

Patadas, Golpes de mano cerrada, de mano en forma de canto, Defensas, etc.

#### NOTAS

Todos los grupos de técnicas deberán realizarse al 50 % por la Izquierda y por la derecha.

El cuchillo deberá ser simulado, de madera o plástico reconocible a la vista.

El Tribunal podrá pedir cada técnica por separado y el Aspirante explicar su desarrollo.

Los Tuio Yok Sul deberán realizarse en las tres alturas.

Salvo para Aspirantes mayores de 30 años, a los que las técnicas de pierna en salto y a nivel alto no serán resolutorias en el examen, por el contrario, se utilizarán si el aspirante renunciase a ese derecho como apartado para subir nota.