

# CLUB TAEBEK

## Sin Moo Hapkido

Programa de examen para cinto amarillo

\*\*\*\*\*

### **Nakpop Sul: (Caídas)**

Chon Bang Nakpop:

Fu Bang Nakpop:

Chuk Bang Nakpop:

### **Chigui Sul: (Golpes)**

Sudo An Chigui:

Sudo Bakkat Chigui:

Yok Sudo:

Jok Sul: (Patadas básicas 1º grupo de la 1 a la 6)

=====Ho Shin Sul=====

### **Bakkat Son Mok Chapki: (Agarre de muñeca exterior)**

3 Kokkis (luxaciones) 3 Donchiguis (proyecciones) 2 Chiguis (golpes)

### **PALKUP Some Chapki: (Agarre de bocamanga)**

4 Kokkis (luxaciones)

### **Palkup Chapki: (Agarre por el codo)**

4 Kokkis (luxaciones)

### **Okke Chapki: (Agarre por el hombro)**

2 Kokki (luxaciones) 2Chiguis (golpes)

**Mokdolmy Chapki: (Agarre trasnuca)**

**1 Kokki (luxaciones) 3 Chiguis (golpes)**

**Kochong Sul: (Controles en el suelo) 1-3 Tres técnicas**