



Taekwon-Do ITF Pardubice, z. s.

Severní 739, 53351 Pardubice

mobil 721 959 793

www.pardubice.taekwondo.cz, E-mail: pardubice@taekwondo.cz

Program zkoušek:

„čarjot! simsa soge kjongje!“ nebo sasong nimke kjongje!

„taekwondo sonso čunbi“(slib taekwondo) - **charyot sogi** se zdviženou pravou

- **Budu dodržovat zásady taekwonda.**

- **Budu respektovat instruktora a sonbe.**

- **Nikdy taekwondo nezneužiji.**

- **Budu zastáncem svobody a spravedlnosti.**

- **Budu vytvářet mírovější svět.**

U jednotlivých zkoušek se velí pouze „čarjot! kjongje!“, a to jen na jejich začátku a konci, a na začátku a konci cvičení s partnerem.



Saju jirugi čunbi + šidžak / baro [video](#)

Saju makgi čunbi + šidžak / kuman [video](#)



Saju makgi čunbi + šidžak / baro [video](#)

Chon-ji čunbi + šidžak / baro [video](#)

Sambo matsogi čunbi (sám) šidžak / kuman [video](#)



Chon-ji čunbi + šidžak / baro [video](#)

Dan-gun čunbi + šidžak / baro [video](#)

„čarjot! kjongje!“

1) A: gunnun so jirugi (kaunde ap jirugi) [video](#)

B: gunnun so an palmok kaunde yop makgi

sambo matsogi čunbi + šidžak / baro

2) A: gunnun so nopunde ap jirugi [video](#)

B: gunnun so palmok chookyo makgi

sambo matsogi čunbi + šidžak / kuman



Taekwon-Do ITF Pardubice, z. s.

Severní 739, 53351 Pardubice

mobil 721 959 793

www.pardubice.taekwondo.cz, E-mail: pardubice@taekwondo.cz



Dan-gun čunbi + šidžak / baro [video](#)

Do-san čunbi + šidžak / baro [video](#)

„čarjot! kjongje!“

1) A: gunnun so nopunde jirugi [video](#)

B: gunnun so bakat palmok nopunde yop makgi

sambo matsogi čunbi + šidžak / baro

2) A: niunja so sonkal yop taerigi [video](#)

B: niunja so sonkal daebi makgi

sambo matsogi čunbi + šidžak / baro

3) A: najunde apcha busigi (gunnun junbi sogi) [video](#)

B: gunnun so palmok najunde makgi

sambo matsogi čunbi + šidžak / kuman

IBO MATSOGI (velí se pouze útok)

1) A: najunde apcha busigi + gunnun so nopunde jirugi [video](#)

ibo matsogi čunbi + šidžak / baro

2) A: niunja so sonkal yop taerigi + najunde apcha busigi [video](#)

ibo matsogi čunbi + šidžak / baro

A: niunja so dung joomuk yop taerigi + najunde apcha busigi [video](#)

ibo matsogi čunbi + šidžak / kuman



Do-san čunbi + šidžak / baro [video](#)

Won-hyo čunbi + šidžak / baro [video](#)

Dvojice SAMBO MATSOGI (oboustranné)

1) A: najunde apcha busigi (gunnun junbi sogi) [video](#)

B: gunnun so palmok najunde makgi

sambo matsogi čunbi + šidžak / baro

2) A: niunja so sonkal yop taerigi [video](#)

B: niunja so sonkal daebi makgi

sambo matsogi čunbi + šidžak / baro



Taekwon-Do ITF Pardubice, z. s.

Severní 739, 53351 Pardubice

mobil 721 959 793

www.pardubice.taekwondo.cz, E-mail: pardubice@taekwondo.cz

3) A: gunnun so kaunde jirugi [video](#)

B: gunnun so an palmok kaunde yop makgi

sambo matsogi čunbi + šidžak / kuman

IBO MATSOGI (velí se pouze útok)

1) A: niunja so sonkal yop taerigi + kaunde yopcha jirugi [video](#)

ibo matsogi čunbi + šidžak / baro

2) A: nopunde yop dollyo chagi + niunja so kaunde bandae ap jirugi [video](#)

ibo matsogi čunbi + šidžak / baro

3) A: kaunde dollyo chagi + gunnun so kaunde ap jirugi [video](#)

ibo matsogi čunbi + šidžak / kuman



Won-hyo čunbi + šidžak / baro

[video](#)

Yul-gok čunbi + šidžak / baro

[video](#)

Dvojice IBO MATSOGI (velí se pouze útok)

1) A: gunnun so kaunde jirugi + naeryo chagi [video](#)

ibo matsogi čunbi + šidžak / baro

2) A: dolmyo yopcha jirugi + niunja so kaunde bandae ap jirugi [video](#)

ibo matsogi čunbi + šidžak / baro

3) A: nopunde bandae dollyo chagi + niunja so sonkal kaunde yop taerigi [video](#)

ibo matsogi čunbi + šidžak / kuman

ILBO MATSOGI (s domluvou)

[video](#)

ilbo matsogi čunbi + šidžak / kuman

WIRYOK

apcha busigi (apkumchi)



Yul-gok čunbi + šidžak / baro [video](#)

Joong-gun čunbi + šidžak / baro [video](#)

ILBO MATSOGI (s domluvou)

ilbo matsogi čunbi + šidžak / kuman

ban jayu matsogi čunbi + šidžak / kuman

WIRYOK



Taekwon-Do ITF Pardubice, z. s.

Severní 739, 53351 Pardubice

mobil 721 959 793

www.pardubice.taekwondo.cz, E-mail: pardubice@taekwondo.cz

sonkal yop taerigi
yopcha jirugi (balkal)

Joong-gun čunbi + šidžak / baro [video](#)

Toi-gye čunbi + šidžak / baro [video](#)

Dvojice ILBO MATSOGI (bez domluvy)

ilbo matsogi čunbi + šidžak / kuman

ban jayu matsogi čunbi + šidžak / kuman

WIRYOK – přivolat držáky

ap joomuk jirugi

(ženy sonkal yop taerigi)

dollyo chagi

dolmyo yop chagi (180°)

Toi-gye čunbi + šidžak / baro [video](#)

Hwa-rang čunbi + šidžak / baro [video](#)

Dvojice BAN JAYU MATSOGI

ban jayu matsogi čunbi + šidžak / kuman

jayu matsogi čunbi + šidžak / kuman

WIRYOK

dung joomuk yop taerigi

(ženy sonkal yop taerigi)

bandae dollyo chagi

twimyo yopcha jirugi