

# PROGRAMA DE EXAMEN CINTURON AMARILLO



## **SOGUIS: (POSICIONES)**

### **CHUMBI SOGUI: POSICION DE PREPARADOS**



### **CHARIOT SOGUI: POSICION FIRMES**



### **AP KUBIT SOGUI: POSICION LARGA ADELANTE**



### **CHUCHUM SOGUI: POSICION DE MONTAR A CABALLO**



### **AP SOGUI: POSICION CORTA**



# PROGRAMA DE EXAMEN CINTURON AMARILLO



## SON KISUL MAQUI: (TECNICA DE DEFENSAS)

ARE MAQUI: DEFENSA ABAJO



MONTONG MAQUI: DEFENSA AL MEDIO



OLGUL MAQUI: DEFENSA ARRIBA



MONTONG BAKAT MAQUI: DEFENSA LATERAL



# PROGRAMA DE EXAMEN CINTURON AMARILLO



## SON KISUL GONGKIOK: (TECNICA DE ATAQUES)

MONTONG CHIRUGUI: PUÑETAZO AL MEDIO



OLGUL CHIRUGUI: PUÑETAZO A LA CARA



MONTONG BANDE CHIRUGUI: PUÑETAZO AL MEDIO MISMA MANO AL PIE ADELANTADO



MONTONG BARO CHIRUGUI: PUÑETAZO AL MEDIO MANO CONTRARIA AL PIE ADELANTADO



# PROGRAMA DE EXAMEN CINTURON AMARILLO



## **BAL KISUL: (TECNICA DE PIERNA)**

**AP CHAGUI: PATADA AL FRENTE**



**BANDAL CHAGUI: PATADA SEMICIRCULAR A LA CINTURA**



**DOLLYO CHAGUI: PATADA CIRCULAR A LA CARA**



**AP OLIGUI: ELEVACION DE PIERNA RECTA**



## **CHUA SAYU CHIRUGUI:**

PIERNA IZDA ATRÁS (8 MOVIMIENTOS EN CRUZ) REALIZAMOS 4 ARE MAQUI Y 4 MONTONG BANDE CHIRUGUI.

## **OU SAYU CHIRUGUI:**

PIERNA DCHA ATRÁS (8 MOVIMIENTOS EN CRUZ) REALIZAMOS 4 ARE MAQUI Y 4 MONTONG BANDE CHIRUGUI.

# PROGRAMA DE EXAMEN CINTURON AMARILLO



## TAEGUK IL CHANG: (Cielo y luz)



PRIMER PUMSE COMPUESTO POR:

- ARE MAQUI: 5
- MONTONG MAQUI: 2
- OLGUL MAQUI: 2
- MONTONG CHIRUGUI: 9
- AP CHAGUI: 2
- AP SOGUI: 12
- AP KUBI: 4

