

PROGRAMA DE EXAMEN CINTURON NARANJA



SOGUIS: (POSICIONES)

CHUMBI SOGUI: POSICION DE PREPARADOS



CHARIOT SOGUI: POSICION FIRMES



AP KUBI SOGUI: POSICION LARGA ADELANTE



CHUCHUM SOGUI: POSICION DE MONTAR A CABALLO



AP SOGUI: POSICION CORTA



PROGRAMA DE EXAMEN CINTURON NARANJA



TUIT KUBI SOGUI: POSICION ATRÁS TALONES FORMANDO ANGULO DE 90 GRADOS



SON KISUL MAQUI: (TECNICA DE DEFENSAS)

ARE MAQUI: DEFENSA ABAJO



MONTONG MAQUI: DEFENSA AL MEDIO



OLGUL MAQUI: DEFENSA ARRIBA



PROGRAMA DE EXAMEN CINTURON NARANJA



MONTONG BAKAT MAQUI: DEFENSA LATERAL



MONTONG AN MAQUI: DEFENSA AL MEDIO MANO DISTINTA AL PIE ADELANTADO



JAN SONNAL MONTONG BAKAT MAQUI: DEFENSA AL MEDIO CON EL CANTO DE LA MANO



SONNAL MONTONG MAQUI: DEFENSA LATERAL CON LAS MANOS ABIERTAS



PROGRAMA DE EXAMEN CINTURON NARANJA



SON KISUL GONGKIOK: (TECNICA DE ATAQUES)

MONTONG CHIRUGUI: PUÑETAZO AL MEDIO



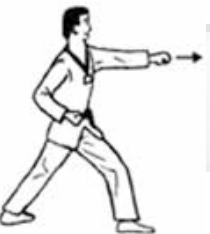
OLGUL CHIRUGUI: PUÑETAZO A LA CARA



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 NARANJA



DUBONG MONTONG CHIRUGUI: DOS PUÑETAZOS AL MEDIO



SONNAL MOK CHIGUI: ATAQUE AL CUELLO CON LA MANO ABIERTA



SONNAL AN CHIGUI: ATAQUE AL CUELLO CON LA MANO ABIERTA Y DISTINTA MANO AL PIE ADELANTADO.



BAL KISUL: (TECNICA DE PIERNA)

AP CHAGUI: PATADA AL FRENTE



BANDAL CHAGUI: PATADA SEMICIRCULAR A LA CINTURA



PROGRAMA DE EXAMEN CINTURON NARANJA



DOLLYO CHAGUI: PATADA CIRCULAR A LA CARA



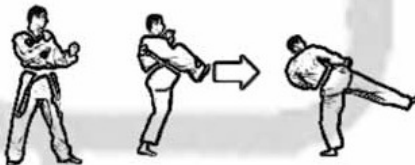
AP OLIGUI: ELEVACION DE PIERNA RECTA



YOP CHAGUI: PATADA LATERAL CON EL CANTO DEL PIE



AN MIRO CHAGUI: PATADA FRONTAL EMPUJANDO CON EL PIE



AN DARI FURIGUI: CIRCULO CON LA PIERNA RECTA HACIA ADENTRO



BAKAT DARI FURIGUI: CIRCULO CON LA PIERNA RECTA HACIA FUERA



PROGRAMA DE EXAMEN CINTURON NARANJA



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 NARANJA

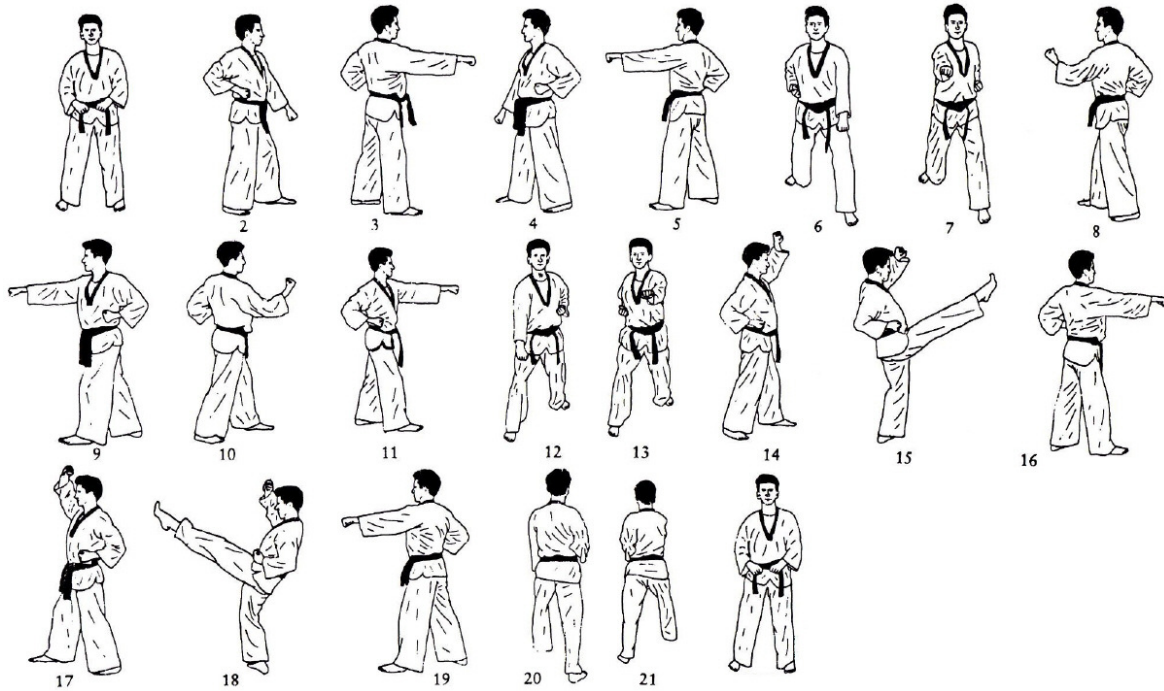


TAEGUK IL CHANG: (cielo y luz)



PRIMER PUMSE COMPUESTO POR:

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



PROGRAMA DE EXAMEN CINTURON NARANJA

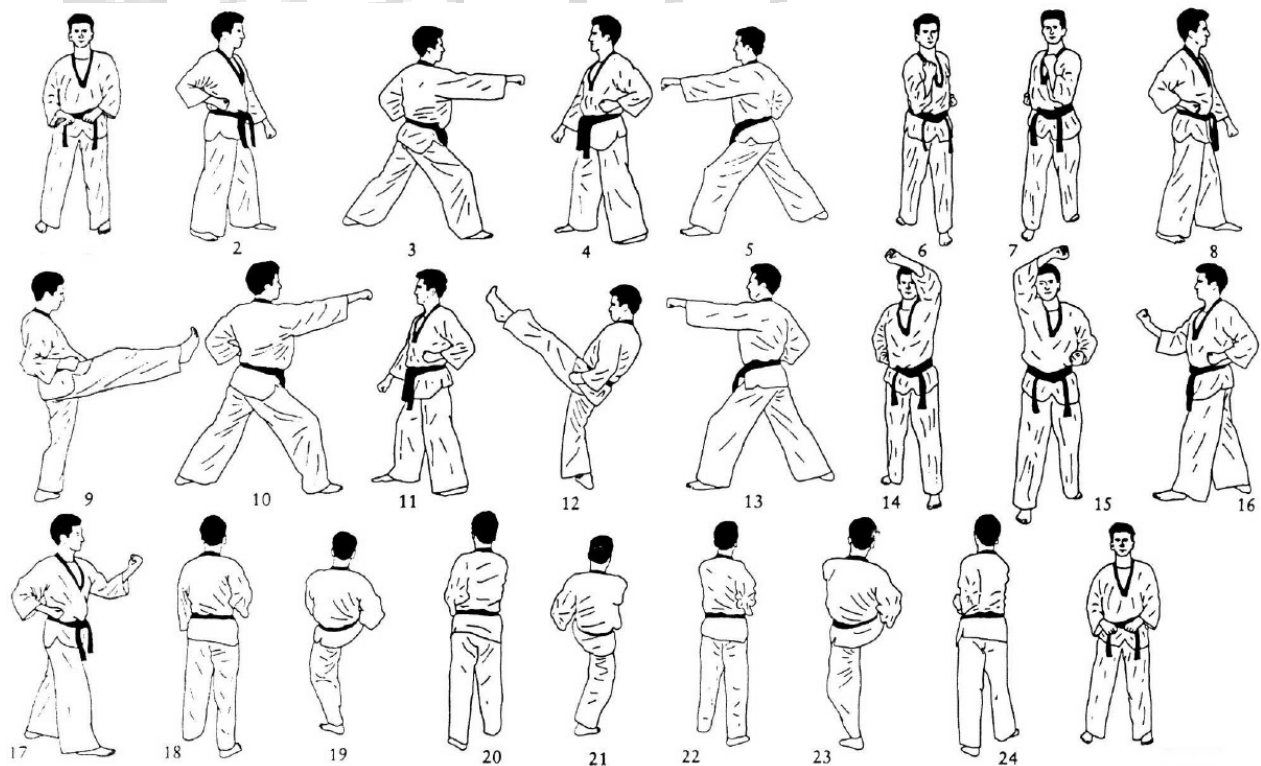


TAEGUK I CHANG: (alegria)



SEGUNDO PUMSE COMPUESTO POR:

- ARE MAQUI: 5
- MONTONG AN MAQUI: 4
- OLGUL MAQUI: 2
- MONTONG CHIRUGUI: 5
- OLGUL CHIRUGUI: 2
- AP CHAGUI: 5
- AP SOGUI: 16
- AP KUBI: 4



PROGRAMA DE EXAMEN CINTURON NARANJA



TAEGUK SAM CHANG: (fuego)



TERCER PUMSE COMPUESTO POR:

- ARE MAQUI: 8
- MONTONG AN MAQUI: 2
- JANSONNAL MONTOG BAKAT MAQUI: 2
- MONTONG CHIRUGUI: 4
- SONNAL AN CHIGUI: 2
- AP CHAGUI: 6
- DUBONG MONTONG CHIRUGUI: 4
- AP SOGUI: 12
- AP KUBI: 6
- TUIT KUBI: 2

