**Prüfungsanforderungen Braungurt mit einem Streifen 3. Gup**

**Voraussetzungen:**

* Kennt die allgemeinen Verhaltensregeln im Dojang
* Ist Mitglied der World Tang Soo Do Association
* Regelmässige Teilnahme am Training
* Es besteht keine Altersbegrenzung
* Regelmässige Unterstützung während dem Training
* Guten und beispielhaften Charakter

**Techniken:**Zusätzlich zu den Techniken der tieferen Ränge.

Hand:

* Pahl Koop Kong Kyuck (Ellbogenstoss in Vorwärtsstellung)
* Pahl Koop Chi Kee (Ellbogenstoss in Seitwärtsstellung)

Fuss:

* Ih Dan Dwi Hu Ryo Cha Ki (Fersenhackentritt rückwärts, gesprungen)
* Ih DanDwi Ahneso Phaku Ro Cha Ki (Fussblocktritt von innen nach aussen rückwärts, gesprungen)
* Kombinationen von 3 Techniken

**Formen:** Pyung Ahn Sah Dan

**Kämpfen (Il Soo Sik Dae Ryun/Ja Yu Dae Ryun):**

Hand (Soo Ki Dae Ryun): 1-17

Fuss (Jok Ki Dae Ryun): 1-17

Selbstverteidigung (Ho Sin Sul): 1-10

Freikampf(Ja Yu Dae Ryun): mit einem Partner

**Kyuck Pa:** Ih Dan Dwi Tollyo Cha Ki (Rückwärtsfusstritt gedreht, gesprungen)

**Terminologie:**

* Warum trainiere ich Tang Soo Do
* Die Geschichte des Tang Soo Do