

Eisen voor rode band:

Alle voorgaande theorie en praktijk

Toevoegingen theorie:

Betekenis band:

Kleur van gevaar, waardoor de leerling wordt gewaarschuwd controle te beoefenen en tevens waarschuwing voor de tegenstander om weg te blijven.

Algemeen:

Inwaarts	Anuro
Gelijk gesteld	Baro
Tegenovergesteld	Bandae
X-stand	Kyocho Sogi
Achtervoet stand	Dwitbal Sogi
Elleboog	Palkup
Handpalm	Sonbadak
U-vormig blok	Digutja Makgi
Haakblok	Golcho Makgi
Drukblok	Noollo Makgi
Opwaarts blok	Ollyo Makgi
Dubbel voorarmblok	Doo Palmok Makgi
Verticale stand	Soojik Sogi
W-vormige blok	San Makgi
Duwblok	Miro Makgi

Grondleerstellingen (tenets):

Ye Ui	Hoffelijkheid of bescheidenheid
Yom Chi	Onkreukbaarheid of eerlijkheid
In Nae	Volharding
Guk Gi	Zelfbeheersing
Baekjul Boolgool	Onoverwinnelijke geest of levensmoed

Tuls

Toi-Gye (Koreaanse geleerde)

Aantal bewegingen 37

Toi-Gye is de schrijfnaam van een bekende Koreaanse geleerde *Yi Hwang* (16^{de} eeuw). *Yi Hwang* was een autoriteit op het gebied van Neo-Confucianisme. De 37 bewegingen staan voor zijn geboorteplaats op de 37^{ste} breedtegraad. Het diagram stelt de 'geleerde' voor.

Hwa-Rang (jongerenbeweging)

Aantal bewegingen 29

Hwa-rang is vernoemd naar de Hwa-rang jongerenbeweging, die ontstond tijdens de Silladynastie in de vroege 7^{de} eeuw. De tul telt 29 bewegingen, die verwijzen naar de 29^{ste} Infanteriedivisie van Korea, waar generaal Chi Hong Hi Taekwondo tot volle ontwikkeling bracht.

Praktische deel:

Tuls:

Saju jiruigi tot en met Hwa-Rang

Trappen:

Dwit chagi (achterwaartse trap)

Bandae dollyo chagi (hiel trap)

Bandae dollyo goro chagi (haak trap)

Matsogi:

Sambo Matsogi

Ibo Matsogi,

Ilbo Matsogi

In dit deel krijgt deelnemer 5 minuten de tijd om zoveel mogelijke variaties te laten zien.

Kye-pa

Jeugd/ junioren 2 witte planken met zijwaartse trap en 1 witte plank met elleboog

Volwassenen 1 zwarte plank met een witte plank erachter met zijwaartse trap en 1 witte plank met de vuist, vrouwen met de elleboog

Hosinsul:

Polsbevrijding

Loskomen uit greep

Loskomen uit greep van achteren

Loskomen bij wurggreep

In dit deel krijgt deelnemer 5 minuten de tijd om zoveel mogelijke variaties te laten zien.