

Kyokpa til rødbæltegradueringer

Jeg har som instruktør på danfortræninger konstateret, at der er mange der skal gradueres til 1. Dan, som endnu aldrig har prøvet at lave gennembrydning, den samme tendens synes jeg begynder at vise sig i vores klub også.

Jeg synes det er uheldigt, at man skal være unødigt nervøs for en gennembrydning til en Dangraduering fordi man aldrig har prøvet det før.

For at imødekomme denne problemstilling, vil vi indføre gennembrydninger til rødbæltegradueringer fremover, for bedre at kunne vurdere de enkelte elevs kunnen, samt som en ekstra kontrol af kraften og udførelsen af teknikkerne har vi valgt, at fastsætte nogle teknikker, der skal gennembrydes med.

Teknikkerne er foreslået nedenfor.

4. Kup: Ap chagi og palkop chigi
3. Kup: Yeop chagi og Sonnal eller Jireugi
2. Kup: Dwit chagi og Dolleyo chagi (apchook eller baldung)
1. Kup: Frit valg, kombination skal følge de til hver tid gældende regler for Dan graduering.
P.t. hedder den 2 gennembrydninger i kombination, hvoraf 1 skal være et spark.

Teknikkerne må kombineres og varieres som man ønsker.

Gennemførelsen af gennembrydningen skal ske på formaliseret vis efter følgende opskrift:

1. Elev og holdere træder frem og bukker for gradueringspanelet
2. Elev og holdere opstiller under hensyntagen til gradueringspanelets mulighed for at se gennembrydningen samt hensyntagen til personers og goders sikkerhed. (skal ske smidigt og uden unødigt ophold).
3. Eleven forklarer hvordan teknikkerne udføres, må gerne illustreres, men korrekte koreanske navne for teknikkerne skal anvendes.
4. Eleven bukker for gradueringspanelet og antager bal chagi choonbi.
5. Eleven udfører gennembrydningen. Såfremt en gennembrydning mislykkes gives 1 ekstra forsøg.
6. Elev og holdere bukker for gradueringspanelet, og afslutter (fjerner selv brædestumper).