



FEDERAȚIA ROMÂNĂ DE TAEKWON-DO I.T.F.

PERSOANĂ JURIDICĂ DE DREPT PRIVAT, DE UTILITATE PUBLICĂ

Adresa Loc. Călan, str. Bradului, bl. 15, sc. A, ap. 12, jud. Hunedoara
Cod Fiscal 13295884
C.I.S. 0001867
Cont RON RO37 RNCB 0106 0266 0838 0004
Cont EURO RO91 RNCB 0106 0266 0838 0002
E-mail president@taekwondo-itf.ro, secretary@taekwondo-itf.ro
Telefon +40 766 800 330
Web www.taekwondo-itf.ro



Nr. ____ / ____ 2023

SIMSA 5 DAN EXAMEN CENTURA 5 DAN

1. Tull

4 dan : Moon Moo , Ul Ji , Yong Gae

3 dan : Choi Yong , Yoo Sin , Sam Il

2 dan : Ju Che , Choong Jang , Eui Am

1 dan : Ge Baek , Po Eun , Kwan Gae

3 tull - uri la alegere din centurile colorate

2. ILBO si IBO MATSOGI - Luptă – 1, 2 pas (aplicații din tull)

YAKSOK MATSOGI (lupta cu picioarele)

JAYU MATSOGI (lupta libera 2, 3 adversari)

3. HOSIN SUL – Autoapărare (12 tehnici diferite)

4. GYOPKA - Tehnică de spargere de pe loc și din săritură (Tehnici impuse de catre Directorul Tehnic)

5. Test oral din teoria Taekwon-do ului (vezi Enciclopedia Taekwon-do)

6. Teza scrisa cu subiect impus de catre Directorul Tehnic trimis cu minim 1 luna inainte (minim 8 pagini)