

GUL MON BÆLTE

JEG KAN:

- | | |
|--|---|
| 1: Stå i en moa-seogi. | Samlede fødder stand |
| 2: Stå i en apkoobi. | Lang stand |
| 3: Lave en araehechyo-makki. | Blokering til siden i lav sektion (begge hænder) |
| 4: Lave en jireugi. | Slag fra hoften |
| 5: Lave en naeryo-chagi | Nedadgående spark med strakt ben |
| 6:Lave en ap-chagi | Front spark |
| 7: Selv binde mit bælte | |
| 8: Tælle til 4 på koreansk | |
| 9: Trille fra den ene ende af salen til den anden | |

JEG VED AT:

- 1: Taekwondo betyder fod/spark-næve/slag-system**
- 2: Dobok betyder dragt**
- 3: Chagi betyder spark**
- 4: Jireugi betyder slag**
- 5:Makki betyder blokering**
- 6: Jeg må kun lave taekwondo når jeg er til træning i klubben**
- 7: Jeg skal hilse på flaget når jeg går ind i salen**