



1. Snip

JEG SKAL LÆRE:

Binde Bæltet.

Lave en gibon-joonbi-seogi.- Klar stand.

Stå i en moa-seogi. - Samlede fødder stand.

Stå i en apkoobi. - Lang stand.

Lave en jireugi. - Slag fra hoften.

Lave en area makki - Blokering i lav sektion.

Lave en apchagi. - Front spark.

JEG SKAL VIDE AT:

Tækwondo betyder fod/spark-næve/slag-system.

Do bok betyder dragt.

Dojang betyder træningssal.

Chagi betyder spark.

Jeg skal tie stille under træning.

Jeg kun må lave tækwondo når jeg er til træning i klubben.

Jeg skal Bukke når jeg går ind i salen.

