

4. Dan

Vorbereitungszeit: 4 –5 Jahre

<u>Formen</u>	Il Bon I Bon Sam Bon Sa Bon Oh Bon
<u>Waffentechniken:</u>	Hejang Bong Sul - Il Bon (+Zwischenform) - I Bon - Sam Bon - Sa Bon - Oh Bon Kum Sul - Il Bon - I Bon - Sam Bon - Sa Bon Kombang Sul - 1 – 17 mit Messer
<u>Handtechniken:</u>	Bei allen Techniken sollen fließende Kreisbewegungen umgesetzt werden! 10 verschiedene Kettenhebel aus unterschiedlichen Angriffsmöglichkeiten wie Schlag, Revers fassen und Armel fassen 6 verschiedene Abwehrmöglichkeiten gegen einen Faust- oder Fußtrittangriff mit fließender Konterbewegung (die Techniken müssen fließend demonstriert und mit einer Festlegetechnik beendet werden) 10 Dan Bong Techniken (Verteidigung gegen Halte-, Tritt- und Schlagtechniken) 5 verschiedene Abwehrmöglichkeiten gegen Fußtritte 10 Sparzierstocktechniken Wiederholung von Techniken der vorherigen Prüfungen nach Ermessen der Prüfer
<u>Fußtechniken:</u>	Demonstration und Erläuterung - Funktionsweise der gesamten Trittschule
<u>Bruchtest:</u>	Spezialbruchtest
<u>Freikampf!</u>	
<u>Theorie:</u>	Geschichte und Hintergründe des Hapkido

3. Dan

Vorbereitungszeit: 3 –4 Jahre

<u>Formen</u>	Il Bon I Bon Sam Bon Sa Bon
<u>Waffentechniken:</u>	Hejang Bong Sul - Il Bon (+Zwischenform) - I Bon - Sam Bon Kum Sul - Il Bon - I Bon Dan Bong / Kutokam
<u>Handtechniken:</u>	Bei allen Techniken sollen fließende Kreisbewegungen umgesetzt werden! 5 verschiedene Kettenhebel „dreier Kombinationen“ 6 verschiedene Abwehrmöglichkeiten gegen einen Faustangriff mit fließender Konterbewegung (die Techniken müssen fließend demonstriert und mit einer Festlegetechnik beendet werden) 6 verschiedene Messerabwehrtechniken 5 verschiedene Abwehrmöglichkeiten gegen Fußtritte 5 Gürteltechniken Wiederholung von Techniken der vorherigen Prüfungen nach Ermessen der Prüfer
<u>Fußtechniken:</u>	Timyon Ap–Yob Tschagi Kombinationstrittschule
<u>Bruchtest:</u>	Spezialbruchtest
<u>Freikampf!</u>	
<u>Theorie:</u>	Geschichte und Hintergründe des Hapkido

2. Dan

Vorbereitungszeit: 2 –3 Jahre

<u>Formen</u>	II Bon I Bon
<u>Waffentechniken:</u>	Bong Sul 1 - 8 Hejang Bong Sul - II Bon (Zwischenform ist nur zu Übungszwecken nötig und wird nicht geprüft) 8 Basis Schwertübungen
<u>Handtechniken:</u>	5 Techniken gegen zwei Angreifer vor und nach dem Fassen 5 verschiedene Kettenhebel „zweier Kombinationen“ 3 Verteidigungen gegen Kurzstock (Außenschlag) 3 Verteidigungen gegen Kurzstock (Innenschlag) 5 verschiedene Abwehrmöglichkeiten gegen einen Faustangriff mit fließender Konterbewegung Wiederholung von Techniken der vorherigen Prüfungen nach Ermessen der Prüfer
<u>Fußtechniken:</u>	4 Scherensprungtritte Twi-Tschagi Tya-Ty-Dolyo-Tschagi
<u>Bruchtest:</u>	Kombinationsbruchtest (2 Techniken)
<u>Freikampf!</u>	
<u>Theorie:</u>	Geschichte und Hintergründe des Hapkido

1. DAN – Schwarzgurt

Vorbereitungszeit: 1 Jahr

„Die Prüfung wird normal an zwei Tagen abgenommen“

Alle Techniken (zusammengefasst siehe Zusatzblatt) der vorherigen Prüfungen !

Eine Trainingseinheit von mindestens 90 Minuten fehlerfrei abhalten.

<u>Kombang - Sul</u>	(1- 17)
<u>Handtechniken:</u>	4 Gürteltechniken
<u>Fußtechniken:</u>	die gesamte Trittschule bis zum 1. Kup
<u>Fallschule :</u>	Wiederholung
<u>Waffentechniken:</u>	Nr. 8 der Langstockformen (Bong Sul) Drehtechniken
<u>Bruchtest:</u>	2 Bruchtests der vorherigen Prüfungen
<u>Freikampf!</u>	
<u>Theorie + erste Hilfe !</u>	

1. Kup – Gurtfarbe: (rot)

4Monate

<u>Fallschule:</u>	Wiederholung
<u>Kombang – Sul:</u>	(16 und 17)
<u>Handtechniken:</u>	1.Hand (Normalstand): 5 Hebel mit Konter und Festlegetechnik 2.Hand (Diagonalstand): 5 Hebel mit Konter und Festlegetechnik Abwehr gegen zwei Angreifer: - 3 Techniken vor dem Fassen - 3 Techniken nach dem Fassen 5 Abwehrtechniken gegen Schlagwaffen 3 Abwehrtechniken auf dem Stuhl 3 verschiedene Bodenkampstechniken 5 verschiedene Abwehrmöglichkeiten gegen Wurfeingänge
<u>Waffentechniken:</u>	4 Spazierstockstechniken
<u>Fußstechniken:</u> (beidseitig)	Wiederholung der gesamten Trittschule
<u>Bruchtest:</u> „Freigestaltung“	Tya Yob Tschagi über Hindernis
<u>Theorie:</u>	Koreanische Ausdrücke (siehe Lehrblatt)

2. Kup – Gurtfarbe: (halbröt)

4Monate

<u>Fallschule:</u>	Wiederholung
<u>Kombang – Sul:</u>	(15)
<u>Handtechniken:</u>	1.Hand (Normalstand): 5 Hebel mit unterschiedlichen Würfen 2.Hand (Diagonalstand): 5 Hebel mit unterschiedlichen Würfen Abwehr mit einem Arm (4 Techniken) Alle 5 Abwehrformen mit jeweils einem Wurf Ein- , Zwei- , Dreischrittkampf
<u>Schlagtechniken:</u>	Sudotechniken
<u>Fußtechniken:</u> (beidseitig)	Ura-Ty-Dolyo-Tschagi (Fußfeger)
<u>Bruchtest:</u> „Freigestaltung“	Sudo
<u>Theorie:</u>	Koreanische Ausdrücke (siehe Lehrblatt)

3. Kup – Gurtfarbe: (blau)

3Monate

<u>Fallschule:</u>	Sturz rückwärts
<u>Kombang – Sul:</u>	(1 - 14)
<u>Handtechniken:</u>	1.Hand (Normalstand): 4 Hebel mit unterschiedlichen Folgetechniken 2.Hand (Diagonalstand): 4 Hebel mit unterschiedlichen Folgetechniken Fußtrittabwehr 5 verschiedene mit Folgetechnik 3 verschiedene Festhaltegriffe am Boden Abwehr gegen Umklammerung (3 verschiedene) 3 Verteidigungen gegen Angriffe von hinten (eine Hand und zwei Hände)
<u>Fußtechniken:</u> (<i>beidseitig</i>)	Tydolyo Tschagi 3 verschiedene Scherensprünge
<u>Bruchtest:</u> „Freigestaltung“	Tydolyo Tschagi
<u>Theorie:</u>	Koreanische Ausdrücke (siehe Lehrblatt)

4. Kup – Gurtfarbe: (halbblau)

3Monate

<u>Fallschule:</u>	Freier Fall
<u>Kombang – Sul:</u>	(1 - 12)
<u>Handtechniken:</u>	1.Hand (Normalstand): 3 Hebel mit verschiedenen Würfeln 2.Hand (Diagonalstand): 3 Hebel mit verschiedenen Würfeln 5.Abwehrform mit 3 verschiedenen 5 verschiedene Fußtrittabwehrtechniken (ohne Folgetechnik)
<u>Schlagtechniken:</u>	Körperhaken Kinnhaken Kopfhaken Kombinierte Schlagtechniken (Gerade Schläge und Haken)
<u>Fußtechniken:</u> (beidseitig)	Wiederholung Kombinationstritte - vor und zurück - vor und seitlich - unten und oben
<u>Bruchtest:</u> „Freigestaltung“	Handbruchtest
<u>Theorie:</u>	Koreanische Ausdrücke (siehe Lehrblatt)

5. Kup – Gurtfarbe: (grün)**3Monate**

<u>Fallschule:</u>	Frontfall (Sturz vorwärts)
<u>Kombang – Sul:</u>	(1 - 10)
<u>Handtechniken:</u>	3 unterschiedliche Würfe eine Hand Revers 3 Hebel zwei Hände Revers (weit) 3 Hebel zwei Hände Revers (nah) 3 Hebel Ärmel 3 Hebel 2 Befreiungen aus dem Schwitzkasten (liegend) 4. Abwehrform mit 3 verschiedenen Folgetechniken 3 verschiedene Abwehrtechniken gegen Würgeversuch (mit Konter)
<u>Fußtechniken:</u> (<i>beidseitig</i>)	Tya-Ap-Dolyo-Tschagi Ura-Dbada-Tschagi Ura-Baldung-Tschagi (tiefe Körperhaltung) Ura-Apdolyo-Tschagi (tiefe Körperhaltung)
<u>Bruchttest:</u> „Freigestaltung“	Debada-Tschagi
<u>Theorie:</u>	Koreanische Ausdrücke (siehe Lehrblatt)

6. Kup – Gurtfarbe: (halbgrün)

3Monate

<u>Fallschule:</u>	Rolle über Hindernis
<u>Kombang – Sul:</u>	(1 - 6)
<u>Handtechniken:</u>	1.Hand (Normalstand): 3 Hebel mit Folgetechnik 2.Hand (Diagonalstand): 3 Hebel mit Folgetechnik eine Hand Revers 2 Hebel Ärmel 2 Hebel 2 Befreiungen aus dem Schwitzkasten (stehend) 3.Abwehrform mit 3 verschiedenen Folgetechniken
<u>Schlagtechniken:</u>	4 Ellenbogenschläge / stöße (Pallkub)
<u>Fußtechniken:</u> (beidseitig)	Debada-Tschagi Tya Ap-Tschagi Doppeltritt - Ap-Dolyo-Tschagi Pituro-Tschagi
<u>Bruchtest:</u> <u>„Freigestaltung“</u>	Pallkub
<u>Theorie:</u>	Koreanische Ausdrücke (siehe Lehrblatt)

7. Kup – Gurtfarbe: (gelb)

3Monate

<u>Atemtechnik:</u>	(4 Grundtechniken)
<u>Fallschule:</u>	Seitfall (Wiederholung)
<u>Kombang – Sul:</u>	(1 - 4)
<u>Handtechniken:</u>	1.Hand (Normalstand): 3 Lösungsvarianten 3 Hebel mit Folgetechnik 2.Hand (Diagonalstand): 3 Lösungsvarianten 3 Hebel mit Folgetechnik 2.Abwehrform mit 3 verschiedenen Folgetechniken
<u>Fußtechniken:</u> (beidseitig)	Ura-Neryo-Tschagi Bal-Kal-Tschagi Baldung-Tschagi Olyo-Tschagi Neryo-Tschagi
<u>Bruchttest:</u> „Freigestaltung“	Ap Tschagi
<u>Theorie:</u>	Koreanische Ausdrücke (siehe Lehrblatt)

8. Kup – Gurtfarbe: (halbgelb)

3Monate

<u>Fallschule:</u>	Rolle vorwärts Rolle rückwärts
<u>Kombang – Sul:</u>	(1 und 2)
<u>Handtechniken:</u>	1.Hand (Normalstand): 2 Lösungsvarianten 2 Hebel 2.Hand (Diagonalstand): 2 Lösungsvarianten 2 Hebel 1.Abwehrform mit 3 verschiedenen Folgetechniken
<u>Schlagtechniken:</u>	Führhand, Schlaghand
<u>Fußtechniken:</u> (beidseitig)	Ap-Tschagi (oben, mitte, unten) Yob-Tschagi (oben, mitte, unten) Ap-Dolyo-Tschagi (oben, mitte, unten)
<u>Bruchtest:</u> <u>„Freigestaltung“</u>	Yob-Tschagi
<u>Theorie:</u>	Was ist Hapkido (Grundinformationen über Hapkido)