

TAEKWONDO SCHOOL

TAEKWONDO

コスモスポーツテコンドー教室



昇級・大会の年間予定

4月	昇級審査	【昇級審査に関して】 茨城県テコンドー協会主催 八勝会栗橋道場 (栗橋町B&G海洋センター2階武道場埼玉県久喜市伊坂1551-1)
5月	昇級審査	
6月		
7月		
8月		
9月		【昇級審査に関して】 2/3以上の出席があること 審査を受けるにふさわしい 態度、日ごろの練習で何級、何帯を受けるのか、何をやるのか理解していること
10月	昇級審査	
11月		
12月		
1月		
2月		
3月		

※上記予定は変更となる場合があります。

昇級表

※昇級検定申込は指導員より、指示があります。

級/帯色	目標とするスキル	内容
無級/白		
8級/黄	基本蹴り プンセ1, 2	名前が一致し、その蹴りと判断できる程度 ランダムに1つ
7級/黄	キョルギ マナー	各ステップ、蹴り、戦う姿勢 あいさつ、話を聞く、声が出る
6級/青	基本蹴り プンセ3, 4	しっかりとした形になっていること 1, 2から1つ、3, 4から1つ
5級/青	キョルギ マナー	各ステップ、コンビネーション 練習に集中できる、すばやい行動
4級/青		
3級/赤	基本蹴り プンセ5, 6, 7	力強さ、姿勢 1, 2, 3, 4から1つ、5, 6, 7から2つ
2級/赤	キョルギ マナー	各ステップ、コンビネーション、フェイント、カウンター 下のものの面倒を見る、自発的な行動
初級/赤		
初段/黒	基本蹴り プンセ8 キョルギ	ティフリギを加える 1~7(4~7)から2つ、8番 総合



【テコンドー指導員】

皆波 幸男 (みなば ゆきお)

世界テコンドー連盟 二段

全日本テコンドー協会

パラリンピック強化スタッフ