



Instituto Grão Mestre Nam Ho Lee



Exame para 3º DAN

I. POOMSAE - KEUMKANG

II. Hian/Tull – KWANG-GAE

III. POOMSAE Extra – KORYO, Taegeuk 1 a 8(máximo de 1).

IV. MATCHO KYORUGUI – - Luta combinada

Sebon ou Sambo kyorugui – executar os números de 26 a 35(com as modificações do Instituto) com faca.
Dubon kyorugui – executar os números de 22 a 26(criados pelo Instituto)

V. KYORUGUI - Luta

Máximo de 3(três) lutas.

VI. KYOPA - quebramento;

Com as mãos: seguir número estabelecido pelo regulamento do Instituto.

Com os Pés: Combinação de no mínimo 02(dois) Chutes.