



Instituto Grão Mestre Nam Ho Lee



Exame para 6º DAN

I. POOMSAE - JITAE

II. Hian/Tull – UI-JI

III. POOMSAE Extra – TAEBAEK, PYONGWON, SIPJIN(máximo de 1).

IV. MATCHO KYORUGUI – - Luta combinada

Anja Kyorugui – executar os números de 1 a 9(sentado em uma mesa) com faca.
Apresentar no mínimo 4 técnicas de defesa pessoal.(com ou sem utilização de armas)

V. KYORUGUI - Luta
Máximo de 2(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 ou técnica de maior dificuldade.