



## Familie examen bij Koguryo Tang Soo Do Ypenburg

Bij de trainingen van Tang Soo Do leer je technieken die nodig zijn voor een examen. De eis voordat je opmag voor een volgend examen is een minimaal aantal lessen en verder dien je alle technieken die horen bij de hogere band te beheersen. De instructeur bekijkt de vorderingen van alle leerlingen en zodra je gereed bent, wordt je voorgedragen om examen te doen. Op woensdag 23 juni was het zover voor drie leden van dojang Koguryo, namelijk vader, zoon en dochter van de familie Zeilstra. Die avond mochten zij deelnemen aan een examen voor Gup graden (gekleurde banders) en tevens was dat hun eerste examen.

Een examen in Tang Soo Do (Koreaanse gevechtscunst voor zelfverdediging) bestaat uit een vast aantal onderdelen. Allereerst een aantal theorie vragen, daarna de warming-up. Vervolgens basis handtechnieken, basis voettechnieken en combinaties van hand- en voettechnieken. Om verder te gaan met loopvormen (schijngevecht tegen een denkbeeldige tegenstander), sparren en breektesten. Hierbij kijkt een jury of de deelnemers voldoen aan de eisen die gesteld zijn bij het niveau van de gekleurde band. Hoe hoger de Gup graad hoe meer een kandidaat moet weten en kunnen! Ieder behaald examen is een nieuwe mijlpaal in de Tang Soo Do carrière en een stap dichterbij richting de zwarte band.

Alle drie de kandidaten kregen van de jury te horen dat ze geslaagd waren.

Een overzicht van de examenkandidaten met de behaalde graad:

Liekele	wit met zwarte slip	9 <sup>e</sup> Gup
Sytze	wit met zwarte slip	9 <sup>e</sup> Gup
Ingrid	wit met zwarte slip	9 <sup>e</sup> Gup

