

## BØRNE- ORANGE BÆLTE



### Jeg kan:

- Stå i en naranhiseugi (parrallelstand)
- Stå i en ap-seugi (kort stand)
- Lave en gibon-joonbi-seugi (indtage klarstand)
- Lave en arae-makki (blokering i lav sektion)
- Lave en ap-nero-chagi (stræk- benspark lige op og lige ned)
- Jeg kan slå en koldbøtte

### Jeg ved at:

- Dojang betyder træningssal.
- Area betyder lav sektion
- Ap betyder front/frem
- Eulgul betyder høj sektion
- Jeg skal tie stille under træningen
- Ki-hap betyder kampråb

