



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΟΜΟΣΠΟΝΔΙΑ SOO BAHK DO



Υψη για την πρακτική εξέταση των υποψηφίων για τον βαθμό του :

--

10 Gur - 9 Gur

<u>MOO PAHL DAN KHUM</u>		
<u>ΑΝΑΠΝΕΥΣΤΙΚΕΣ ΑΣΚΗΣΕΙΣ</u>		
A/A	ΟΝΟΜΑΣΙΑ ΤΕΧΝΙΚΗΣ	ΜΕΤΑΦΡΑΣΗ
1	<i>Il Bon</i>	<i>Ιλ Μπον (1)</i>

<u>SOO GI</u>		
<u>ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΧΕΡΙΩΝ</u>		
A/A	ΟΝΟΜΑΣΙΑ ΤΕΧΝΙΚΗΣ	ΜΕΤΑΦΡΑΣΗ
1	<i>Ha Dan Mahk Kee</i>	<i>Χα Νταν Μακι</i>
2	<i>Choong Dan Kong Kyuk</i>	<i>Τσουνταν Κουνγκιοκ</i>
3	<i>Sang Dan Mahk Kee</i>	<i>Σανταν Μακι</i>
4	<i>Sang Dan Kong Kyuk</i>	<i>Σανταν Κουνγκιοκ</i>

<u>JOK GI</u>		
<u>ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΠΟΔΙΩΝ (ΛΑΚΤΙΣΜΑΤΩΝ)</u>		
A/A	ΟΝΟΜΑΣΙΑ ΤΕΧΝΙΚΗΣ	ΜΕΤΑΦΡΑΣΗ
1	<i>Ahp Podo Oll Ri Gi</i>	<i>Α Ποντο Λιγκι</i>
2	<i>Ahp Cha Nut Gi</i>	<i>Απ Τσανουγκι</i>
3	<i>Ahneso Pahkuro Cha Gi</i>	<i>Ανεσο Πακουρο Τσαγκι</i>
4	<i>Pahkeso Ahnuro Cha Gi</i>	<i>Πακέσο Ανουρο Τσαγκι</i>

<u>HYUNGS</u>		
<u>ΦΟΡΜΕΣ</u>		
A/A	ΟΝΟΜΑΣΙΑ ΦΟΡΜΑΣ	ΜΕΤΑΦΡΑΣΗ
1	<i>Ki Cho Hyung Il Bu</i>	<i>Κιτσο Χιονγκ Ιλ Μπον</i>

<u>IL SOO SIK DAE RYUN</u>		
<u>SPARRING ME ENA BHMMA</u>		
A/A	ΟΝΟΜΑΣΙΑ ΤΕΧΝΙΚΗΣ	ΜΕΤΑΦΡΑΣΗ
1	<i>Il Bon</i>	<i>Ιλ Μπον (1)</i>
2	<i>Ee Bon</i>	<i>Ι Μπον (2)</i>

<u>HO SIN SOOL</u>		
<u>ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΑΥΤΟΑΜΥΝΑΣ</u>		
A/A	ΟΝΟΜΑΣΙΑ ΤΕΧΝΙΚΗΣ	ΜΕΤΑΦΡΑΣΗ
1	<i>Il Bon</i>	<i>Ιλ Μπον (1) Διαγώνια Χέρια</i>
2	<i>Ee Bon</i>	<i>Ι Μπον (2) Διαγώνιο Χέρι</i>