

	9. Kup	8. Kup	7. Kup	6. Kup	5. Kup
Überprüfung des Vorprogramms:	X	X	X	X	X
Technik: Grundschule	X	X	1. Form Il-Chang	2. Form I-Chang	3. Form Sam-Chang
Zweikampf: Step-Sparring und Pratzensparring	X	X	X	X	X
Theorie:	X	X	X	X	X
Wahlfächer					
Technik: Partnerübung 1-Schritt Kampf Faustangriff	X	O	O	O	O
Technik: Kreuzformen / Grundschule	X	O	O	O	O
Zweikampf: Situationssparring (Angriff - Konter)	X	O	O	O	O
Zweikampf: Freies Sparring	X	O	O	O	O
Selbstverteidigung:	X	Fallschule Haltegriffe	Fallschule Haltegriffe	Nahdistanz	Nah- und mittlere Distanz

		4. Kup	3. Kup	2. Kup	1. Kup
Technik: Grundschule und Prüfungsform	X	4. Form Sa-Chang	5. Form Oh-Chang	6. Form Yuk-Chang	7. Form Chil-Chang
Zweikampf: Pratzensparring und Situations-Sparring	X	X	X	X	X
Bruchtest	X	1 Technik	2 Techniken	2 Techniken	2 Techniken
		ab 15 Jahre			
Theorie:	X	X	X	X	X
Wahlfächer					
Technik: Partnerübung 1-Schritt Kampf	X	O	O	O	O
Technik: Partnerübung 2-Schritt Kampf	X	O	O	O	O
Technik: Partnerübung 3-Schritt Kampf	X	O	O	O	O
Technik: Poomsae Applikation	X	O	O	O	O
Technik: 2 weitere Formen	X	O	O	O	O
Zweikampf: Partnerübung 1-Schritt-Kampf	X	O	O	O	O
Zweikampf: Sparring mit einfacher Aufgabenstellung	X	O	O	O	O
Zweikampf: Freies Sparring	X	O	O	O	O
Selbstverteidigung:	X	allen Distanzen & Raumnot	allen Distanzen, Boden & Stock	Stock & Messer	mit und ohne Waffen
		Waffen-SV erst ab 15 Jahre			