

Ceinture Bleue 2 barrettes rouges – 4ème keup

| Positions | |
|--|--|
| Ap Koa Seogui | Pieds croisés, l'arrière sur la pointe, buste de face |
| Dwitt Koa Seogui | Pieds croisés, l'arrière sur la pointe, buste de profil |
| Membres supérieurs | |
| Me Joumok Nelyo Tchigui | Frappe descendante du poing (en marteau) |
| Palkoup momtong dolyeu tchigui | Frappe circulaire du coude, vers l'intérieur, niveau moyen |
| Palkoup eulyeu tchigui | Frappe du coude ascendante |
| Palkoup nelyeu tchigui | Frappe du coude descendante |
| Palkoup yop tchigui | Frappe du coude de profil |
| Palkoup momtong pyojok tchigui | Frappe du plat du coude contre l'autre main ouverte au niveau moyen |
| Keun Dol Tchogui | Coup de poing circulaire niveau moyen |
| Ja Keun Dol Tchogui | Les deux poings ramenés à la hanche du même côté |
| Membres Inférieurs | |
| Sok Oh Tchagi | Plusieurs coups de pieds différents avec la même jambe (en reposant ou sans poser) |
| I Oh Tchagui | Même coup de pied enchaîné des deux côtés en avançant |
| Y Oh Sok Oh Tchagi | Coups de pieds différents enchaînés en changeant de jambe |
| Tuyeu y oh sok oh tchagui | Enchaînement de différents coups de pied sautés avec les 2 jambes |
| GENERALITES | |
| Balnal | Le tranchant externe du pied |
| Balnal deung | Le tranchant interne du pied |
| Baldeung | Le dessus du pied |
| Balpadak | La plante du pied |
| ARBITRAGE | |
| Spécificités des combats par catégorie d'âge | règles et équipements |