

КРАСНОДАРСКИЙ КЛУБ "ТЭБЭК"

Заявление на сдачу экзамена

Фамилия _____ Дата рождения ____ . ____ . ____ Полных лет _____

Имя _____ Настоящий пояс _____

Отчество _____ Экзамен на пояс _____

Домашний адрес _____ Инструктор:

_____ Фамилия _____

Дом. телефон _____ Имя _____

Раб. телефон _____ Отчество _____

Подпись родителя _____ Дата экзамена ____ . ____ . ____

Ниже этой линии никаких пометок не делать

* * * * *

Аттестационная программа на 4-й - 1-й гып

Макки

1. Арэ-макки <input type="checkbox"/>	5. Ан-пальмок-макки <input type="checkbox"/>	9. Годуро-макки <input type="checkbox"/>
2. Момтон-ан-макки <input type="checkbox"/>	6. Ан-пальмок-хечьо-макки <input type="checkbox"/>	10. Момтон-хечьо-макки <input type="checkbox"/>
3. Момтон-баккат-макки <input type="checkbox"/>	7. Батансон-момтон-макки <input type="checkbox"/>	11. Отгоро-арэ-макки <input type="checkbox"/>
4. Ольгуль-макки <input type="checkbox"/>	8. Гави-макки <input type="checkbox"/>	12. Хан-сонналь-макки <input type="checkbox"/>

Джируги

1. Ханбон-джумок-джируги <input type="checkbox"/>	9. Дун-джумок-баккат-чиги <input type="checkbox"/>
2. Дубон-джумок-джируги <input type="checkbox"/>	10. Ду-джумок-джечьо-джируги <input type="checkbox"/>
3. Сэбон-джумок-джируги <input type="checkbox"/>	11. Пьонсонкут-опо-чируги <input type="checkbox"/>
4. Бандэ-джируги <input type="checkbox"/>	12. Дун-джумок-апе-чиги <input type="checkbox"/>
5. Баро-джируги <input type="checkbox"/>	13. Сонкут-чируги с батансон-нулло-макки <input type="checkbox"/>
6. Джебипум-сонналь-моп-чиги <input type="checkbox"/>	14. Ме-джумок-чиги <input type="checkbox"/>
7. Сонналь-ан-моп-чиги <input type="checkbox"/>	15. Палькуп-чиги <input type="checkbox"/>
8. Сонналь-баккат-моп-чиги <input type="checkbox"/>	16. Палькуп-пьоджок-чиги <input type="checkbox"/>

Соги

1. Ап-куби <input type="checkbox"/>	6. Джучум-соги <input type="checkbox"/>	11. Хакдари-соги <input type="checkbox"/>
2. Ап-соги <input type="checkbox"/>	7. Моа-соги <input type="checkbox"/>	12. Коа-соги <input type="checkbox"/>
3. Бум-соги <input type="checkbox"/>	8. Кима-соги <input type="checkbox"/>	13. Двид-паль-соги <input type="checkbox"/>
4. Двид-куби <input type="checkbox"/>	9. Пьонхи-соги <input type="checkbox"/>	14. Двид-соги <input type="checkbox"/>
5. Наранхи-соги <input type="checkbox"/>	10. Чарёт-соги <input type="checkbox"/>	

Чаги

- | | | |
|--|---|---|
| 1. Ап-чаги <input type="checkbox"/> | 6. Хурио-чаги <input type="checkbox"/> | 11. Битуро (Уп)-чаги <input type="checkbox"/> |
| 2. Бандаль-чаги <input type="checkbox"/> | 7. Момдольо-двид-чаги <input type="checkbox"/> | 12. Миро-чаги <input type="checkbox"/> |
| 3. Дольо-чаги <input type="checkbox"/> | 8. Момдольо-хурио-чаги <input type="checkbox"/> | 13. Муруп-чиги <input type="checkbox"/> |
| 4. Нэрио-чаги <input type="checkbox"/> | 9. Севе-ан-чаги <input type="checkbox"/> | 14. Дуиродора-дольо-чаги <input type="checkbox"/> |
| 5. Йоп-чаги <input type="checkbox"/> | 10. Севе-баккат-чаги <input type="checkbox"/> | 15. Дуиродора-нэрио-чаги <input type="checkbox"/> |

Связки

1. В наступлении: бандаль-чаги → дуиродора-дольо-чаги.
В отступлении: бандаль-чаги → дуиродора-дольо-чаги → твио-двид-чаги.
2. Бандаль-чаги (поставить ногу назад) → двид-чаги → бандаль-чаги (другой ногой).
3. Твио йоп-чаги+двид-чаги (навстречу, с передней ноги)
4. В отступлении: бандаль-чаги → дуиродора-дольо-чаги → бандаль-чаги (другой ногой) → момдольо-хурио-чаги.
5. В наступлении: двид-чаги → твио-двид-чаги 360°
6. Твио-момдольо-хурио-чаги 360°

Кьок-па

1. _____ 2. _____ 3. _____

Пумсе

1. Пумсе на пояс: _____ Ошибки: _____
- _____
2. Пумсе на пояс: _____ Ошибки: _____
- _____
3. Пумсе одно из предыдущих: _____ Ошибки: _____
- _____

Теория

№ билета: _____ Вопрос №1. Вопрос №2. Вопрос №3. Вопрос №4. Вопрос №5.

Технический спарринг

3 раунда по 3 минуты

Результаты аттестации	Минимальное количество выполненных заданий по разделам								
	Макки	Джируги	Соги	Чаги	Связки	Кьок-па	Пумсе	Теория	Спарринг
Присвоить заявленный пояс	10	14	10	14	5	2	заданные пумсе	5	1
Присвоить пояс на один гып больше	6	7	7	10	3	1	пумсе на пояс	4	1
Экзамен не сдан	5	6	6	9	2	—	—	3	—
Количество положительно выполненных заданий									

Присвоенный пояс _____ Подпись экзаменатора _____