

Den Bosch 22 juni 1990; 2<sup>de</sup> en 3<sup>de</sup> DAN

1A 2A 3B 4B 5C 6C 7A 8A 9A 10A 11B 12B **13A** 14C 15C 16C 17C 18C 19A 20A 21B 22B  
23B 24A 25C 26A 27B **28A** 29A **30B 31B** 32A **33A** 34A **35C**

Zoeterwoude 30 september 1990, 2<sup>de</sup> en 3<sup>de</sup> DAN

1C 2C 3C 4A 5B 6B 7B 8C 9C 10A 11A 12B 13B 14B 15C 16A 17C 18B **19C** 20C 21A 22C  
23B 24A 25B 26B 27B 28C 29B 30C 31A 32C 33C 34A 35B

Almelo 23 februari 1991; 2de en 3de DAN

1C 2C 3B 4C 5C 6A 7B 8B 9B 10B 11A 12A 13C 14B **15C** 16B 17B 18A 19C 20C 21C 22C  
23A 24A 25B 26A 27B 28A 29A 30A 31B 32C 33A 34B 35C

Den Bosch 22 juni 1991; 2de en 3de DAN

1A 2B 3C 4A 5B 6C 7C 8B 9A 10A 11B 12B 13B 14B 15C 16C 17A 18A 19B 20B 21C 22B  
23A 24B 25C 26C 27B 28A 29B 30C 31B 32A 33B 34A 35B

Den Bosch 23 november 1991; 2de en 3de DAN

1C 2C 3B **4A** 5C 6A 7B 8B 9B 10B 11A 12A 13C 14B 15A 16B 17B 18A 19C 20C 21C 22C  
23A 24A 25B 26A 27B 28A 29A 30A 31B 32C 33A 34B 35C

Den Bosch 29 februari 1992; 2<sup>de</sup> en 3<sup>de</sup> DAN

1A 2B 3C 4C 5B 6B 7A 8A 9B 10C 11C 12A 13C **14B** 15C 16A 17B 18B 19C 20A 21A 22A  
23C 24C **25A** 26A 27A 28C 29C 30C 31B 32A 33B 34B 35B

**De volgende vragen zijn geactualiseerd c.q. gecorrigeerd.**

pagina 12, vraag 28:

Wat is "han sonnol momtong **bakat** yeop makki"?

- A zijwaartse buitenwaartse verdediging van het onderlichaam met een enkele meshand
- B zijwaartse buitenwaartse verdediging van het middenlichaam met een enkele meshand
- C zijwaartse binnenwaartse verdediging van het middenlichaam met een enkele meshand

pagina 24, vraag 27:

Wat is "gyopson"?

- A verticale vuist
- B **gekruste open handen ter hoogte van het kruis**
- C buitenwaartse slag met enkele meshand

pagina 25, vraag 33:

Wat is de benaming van afbeelding 9?

- A balnal
- B baldeung
- C **dwichook**

THEORIE EXAMENS TAEKWONDO: 1<sup>ste</sup>, 2<sup>de</sup> EN 3<sup>de</sup> DAN  
TAEKWONDO BOND NEDERLAND © 1993 PvdH

**AANPASSINGEN**

---

Pagina 36, vraag 25:

Wat is de benaming van afbeelding 7?

- A palkoop **dwit** chigi
- B sonmok paegi
- C palkoop pyojeok ap chigi

Pagina 68, vraag 28:

Wat is **bandal** chagi?

- A hak-trap
- B neerwaartse trap
- C halve maan trap

Pagina 81, vraag 32:

Wat is de hoogste dangraad die door de Nationale Graden Commissie is toegekend?

- A **9e DAN**
- B 7<sup>e</sup> DAN
- C 6<sup>e</sup> DAN

pagina 86, vraag 26:

Wie kan iemand aanmelden als kandidaat voor een danexamen?

- A **hoofd-leraar**
- B ieder bondslid met een eerste DAN of hoger
- C ieder bondslid met vierde DAN of hoger

pagina 91, vraag 19:

Welke dangraad heeft de hoogste gegradueerde binnen de TBN op dit moment?

- A **8<sup>ste</sup> DAN**
- B 7<sup>de</sup> DAN
- C **9<sup>de</sup> DAN**

## **INHOUD**

|   |    |
|---|----|
| <b>INLEIDING</b> .....  | 4  |
| Het eerste danexamen .....  | 4  |
| De puntentelling .....  | 5  |
| De herexamens .....   | 6  |
| <br>  |    |
| <b>DEEL 1. EXAMENS 1<sup>STE</sup>, 2<sup>DE</sup> EN 3<sup>DE</sup> DAN</b> .....        | 7  |
| Sittard 15 oktober 1988 .....   | 8  |
| Amersfoort 25 maart 1989 .....  | 14 |
| Den Bosch 17 juni 1989 .....  | 20 |
| Leiden 14 oktober 1989 .....  | 26 |
| Sittard 10 maart 1990 .....   | 32 |
| <br>  |    |
| <b>DEEL 2. EXAMENS 1<sup>STE</sup> DAN</b> .....  | 38 |
| Den Bosch 23 juni 1990 .....  | 39 |
| Zoeterwoude 30 september 1990 .....   | 42 |
| Almelo 23 februari 1991 .....   | 45 |
| Den Bosch 22 juni 1991 .....  | 48 |
| Den Bosch 23 november 1991 .....  | 51 |
| Den Bosch 29 februari 1992 .....  | 54 |
| <br>  |    |
| <b>DEEL 3. EXAMENS 2<sup>DE</sup> DAN EN 3<sup>DE</sup> DAN</b> .....                     | 57 |
| Den Bosch 23 juni 1990 .....  | 58 |
| Zoeterwoude 30 september 1990 .....   | 64 |
| Almelo 23 februari 1991 .....   | 70 |
| Den Bosch 22 juni 1991 .....  | 76 |
| Den Bosch 23 november 1991 .....  | 82 |
| Den Bosch 29 februari 1992 .....  | 88 |
| <br>  |    |
| <b>ANTWOORDEN</b> .....   | 94 |
| Sittard 15 oktober 1988; 1 <sup>ste</sup> , 2 <sup>de</sup> en 3 <sup>de</sup> DAN .....  | 94 |
| Amersfoort 25 maart 1989; 1 <sup>ste</sup> , 2 <sup>de</sup> en 3 <sup>de</sup> DAN ..... | 94 |
| Den Bosch 17 juni 1989; 1 <sup>ste</sup> , 2 <sup>de</sup> en 3 <sup>de</sup> DAN .....   | 94 |
| Leiden 4 oktober 1989; 1 <sup>ste</sup> , 2 <sup>de</sup> en 3 <sup>de</sup> DAN .....    | 94 |
| Sittard 10 maart 1990; 1 <sup>ste</sup> , 2 <sup>de</sup> en 3 <sup>de</sup> DAN .....    | 94 |
| Den Bosch 23 juni 1990; 1 <sup>ste</sup> DAN .....  | 94 |
| Zoeterwoude 30 september 1990; 1 <sup>ste</sup> DAN .....                                 | 94 |
| Almelo 23 februari 1991; 1 <sup>ste</sup> DAN .....                                       | 94 |
| Den Bosch 22 juni 1991; 1 <sup>ste</sup> DAN .....  | 94 |
| Den Bosch 23 november 1991; 1 <sup>ste</sup> DAN .....                                    | 95 |
| Den Bosch 29 februari 1992; 1 <sup>ste</sup> DAN .....                                    | 95 |
| Den Bosch 22 juni 1990; 2 <sup>de</sup> en 3 <sup>de</sup> DAN .....                      | 95 |
| Zoeterwoude 30 september 1990; 2 <sup>de</sup> en 3 <sup>de</sup> DAN .....               | 95 |
| Almelo 23 februari 1991; 2 <sup>de</sup> en 3 <sup>de</sup> DAN .....                     | 95 |
| Den Bosch 23 juni 1991; 2 <sup>de</sup> en 3 <sup>de</sup> DAN .....                      | 95 |
| Den Bosch 23 november 1991; 2 <sup>de</sup> en 3 <sup>de</sup> DAN .....                  | 95 |
| Den Bosch 29 februari 1992; 2 <sup>de</sup> en 3 <sup>de</sup> DAN .....                  | 95 |
| Den Bosch 29 februari 1992; 2 <sup>de</sup> en 3 <sup>de</sup> DAN .....                  | 95 |

---

Theorie examen voor 1<sup>ste</sup>, 2<sup>de</sup> en 3<sup>de</sup> DAN Taekwondo.  
Sittard 15 oktober 1988.

Vraag 1:

Wat is "makki" of "makgi"?

- A steken met de vingers
- B verdedigen / blokkeren
- C paardrijstand

Vraag 2:

Een "dobok" is een ...?

- A Taekwondo pak
- B vuiststoot
- C trainingszaal

Vraag 3:

Wat is de minimale wachttijd voor de tweede DAN?

- A 1 jaar
- B 2 jaar
- C 3 jaar

Vraag 4:

Lange stand is?

- A moa seogi
- B dwit koobi seogi
- C ap koobi seogi

Vraag 5:

Welk lichaamsdeel is "myeonge"?

- A borst (solaris plexus)
- B hals (nek)
- C rug

Vraag 6:

Wat is een officieuze waarschuwing?

- A gyeong-go hana
- B jui hana
- C gam jeon hana

---

Vraag 7:

Wat is een pyonsonkeut?

- A wreef
- B handrug
- C speerhand

Vraag 8:

Wat is een neerwaartse trap?

- A naeryo chagi
- B dollyeo chagi
- C ap chagi

Vraag 9:

Wat is een "twieo yeop chagi"?

- A achterwaartse trap
- B verticale trap
- C gesprongen zijwaartse trap

Vraag 10:

In welk jaar was Taekwondo demonstratie sport tijdens de Olympische Spelen?

- A 1988
- B 1984
- C 1980

Vraag 11:

Wat is de benaming van afbeelding 1?

- A baldeung
- B balkeut
- C koobi

Vraag 12:

Wat is de benaming van afbeelding 2?

- A ageum-son
- B sonkeut
- C mooreup

Vraag 13:

Wat is de benaming van afbeelding 3?

- A dangyo teok jireugi
- B keumgang montong makki
- C momtong bandae jireugi

Vraag 14:

Wat is de benaming van afbeelding 4?

- A mikeurembal
- B gawi makki
- C haktari seogi

Vraag 15:

Welke afbeelding stelt de Koreaanse vlag voor?

---

2<sup>de</sup> en 3<sup>de</sup> DAN

---

Vraag 16:

Wat betekent "tiro-tora"?

- A trainingsruimte
- B draaien / keren!
- C stijloefening

Vraag 17:

Welk rijtje is goed?

- A il, i sam, sa, o, yuk, chil
- B hana, tul, set, net, tasot, ahop
- C il, sam, sa, o, yuk, chil pal

---

Vraag 18:

Wat betekent "dwit jireugi"?

- A zijwaartse stoot
- B achterwaartse stoot (over de schouder)
- C voorwaartse stoot

Vraag 19:

"Koa seogi" is?

- A kruisstand
- B loopstand
- C kraanvogelstand

Vraag 20:

Wat is de minimale wachttijd voor de derde DAN?

- A 2 jaar
- B 2 ½ jaar
- C 3 jaar

Vraag 21:

Wat betekent "cha mumchugi"?

- A alle trappen waarbij men een draaiing van het lichaam via de rugzijde maakt
- B verdediging met de knie of het bovenbeen door de knie op te heffen
- C alle trappen die tot doel hebben een aanval te stoppen zonder de tegenstander meteen uit te schakelen

Vraag 22:

Hoe schrijf je Taekwondo in het Koreaans?

- A
- B
- C

Vraag 23:

Wat is de benaming van afbeelding 5?

- A gawi makki
- B keumgang makki
- C santeul makki

Vraag 24:

Wat is benaming van afbeelding 6?

- A mooreup keokki
- B keun dolcheogi
- C ageum-son

Vraag 25:

Wat is de benaming van afbeelding 7?

- A ap chagi
- B momtong makki
- C sonnal deung

---

3de DAN

---

Vraag 26:

Een strafpunt krijg je voor?

- A aanvallen met het hoofd
- B aanvallen met de knie
- C zich opzettelijk laten vallen

Vraag 27:

Wat is "jeochyo chireugi"?

- A verticale steek (meetsla naar de solaris plexus)
- B omgekeerde steek (handpalm naar boven en meestal gericht naar het onderlichaam)
- C horizontale steek (handpalm naar beneden gericht en bijna uitsluitend gericht naar de luchtwegen)

Vraag 28:

Wat is "han sonnal momtong yeop makki"?

- A zijwaartse buitenwaartse verdediging van het onderlichaam met een enkele meshand
- B zijwaartse buitenwaartse verdediging van het middenlichaam met een enkele meshand
- C zijwaartse binnenwaartse verdediging van het middenlichaam met een enkele meshand

Vraag 29:

Wat is GEEN onderdeel van het derde DAN examen?

- A hosinsul
- B twieo chagi
- C chayu taeryon

Vraag 30:



Wat is "baro jireugi"?

- A voorwaartse trap
- B voorwaartse gelijkgerichte (t.o.v. het achterste been) stoot
- C voorwaartse tegengestelde (t.o.v. het achterste been) stoot

Vraag 31:

Wat is "band" in het Koreaans?

- A ti
- B dan
- C geup

Vraag 32:

Wat is de benaming van afbeelding 8?

- A twieo ap chagi
- B bandae dollyeo chagi
- C twieo dollyeo chagi

Vraag 33:

Wat is de benaming van afbeelding 9?

- A mikeurembal
- B palkoop
- C mooreup

Vraag 34:

Wat is benaming van afbeelding 10?

- A joomeok
- B sonnal
- C batang-son

Vraag 35:

Wat is de benaming van afbeelding 11?

- A balmok
- B apchook
- C dwichook

Vraag 1:

Wat is "chagi"?

- A steken met de vingers
- B verdedigen / blokkeren
- C traptechnieken

Vraag 2:

Wat betekent "ban-chayu taeryon"?

- A 1-stapssparring
- B vrij sparren
- C semi-vrij sparren

Vraag 3:

Wat is de minimale wachttijd voor de tweede DAN?

- A 1 jaar
- B 2 jaar
- C 3 jaar

Vraag 4:

Kraanvogelstand is?

- A koa seogi
- B joochoom seogi
- C haktari seogi

Vraag 5:

Welk lichaamsdeel is "mori"?

- A borst (solaris plexus)
- B hals (nek)
- C hoofd

Vraag 6:

Wat is een officiële waarschuwing (half minpunt)?

- A gyeong-go hana
- B jui hana
- C gam jeon hana

Vraag 7:

Wat is een pyonsonkeut jeochyo chireugi?

- A steek met horizontale speerhand

- B steek met omgekeerde speerhand
- C steek met verticale speerhand

Vraag 8:

Wat is een voorwaartse trap met de wreef?

- A dwitchook ap chagi
- B baldeung ap chagi
- C apchook ap chagi

Vraag 9:

Wat is een "twieo momdollyeo dwit chagi?"

- A gesprongen achterwaartse trap (met draaiing via rugzijde)
- B gesprongen buitenwaartse druktrap met de mesvoet
- C zijwaartse draai met gestrekt been

Vraag 10:

Hoelang bestaat de Taekwondo Bond Nederland in april 1989?

- A 10 jaar
- B 20 jaar
- C 25 jaar

Vraag 11:

Wat is de benaming van afbeelding 1?

- A keumgang momtong makki
- B sonnal momtong makki
- C an palmok momtong bakkat makki

Vraag 12:

Wat is de benaming van afbeelding 2?

- A oen ap koobi seogi momtong baro jireugi
- B oreun ap koobi seogi momtong baro jireugi
- C oen ap koobi seogi momtong dandae jireugi

Vraag 13:

Wat is de benaming van afbeelding 3?

- A naeryo chagi
- B bandal chagi
- C pyojeok chagi

Vraag 14:

Wat is benaming van afbeelding 4?

- A momtong makki
- B eolgool makki
- C arae makki

Vraag 15:

Wat is de benaming van afbeelding 5?

- A eolgool eotgero makki
- B eolgool baro jireugi
- C eolgool geodeuro makki

---

2de en 3de DAN

---

Vraag 16:

Wat betekent "geuman"?

- A traingingsruimte
- B stop !
- C klaar staan!

Vraag 17:

Welk rijtje is fout?

- A balmok, balkeut, balbadak, balnal
- B deung, teok, mok, pal
- C sondeung, sonbadak, pyon-son, sonnal-deung

Vraag 18:

Wat betekent "bandae"?

- A tegengesteld gericht (t.o.v. het achterste been)
- B gelijk gericht (t.o.v. het achterste been)
- C opwaarts

THEORIE EXAMENS TAEKWONDO: 1<sup>ste</sup>, 2<sup>de</sup> EN 3<sup>de</sup> DAN  
TAEKWONDO BOND NEDERLAND © 1992 PvdH

PAGINA 17

---

Vraag 19:

"Naranhi seogi" is?

- A kruisstand
- B loopstand
- C parallelstand

Vraag 20:

Wat is de minimale wachttijd voor de derde DAN?

- A 2 jaar
- B 2 ½ jaar
- C 3 jaar

Vraag 21:

Wat betekent "sonmok paegi"?

- A bevrijding van de onderarm uit een handgreep door een snelle draaiing van de onderarm
- B bevrijding van de onderarm uit een handgreep door een snelle rukachtige beweging van de onderarm naar boven
- C bevrijding van de pols uit een handgreep door een snelle rukachtige beweging van de pols naar de andere schouder

Vraag 22:

Wat is een zijwaartse binnenwaartse verdediging v.h. middenlichaam met een enkele meshand?

- A an palmok momtong bakat yeop makki
- B han sonnal momtong yeop bakat amkki
- C han sonnal momtong yeop an makki

Vraag 23:

Wat is de benaming van afbeelding 6?

- A joochoom seogi oreun palkoop yeop chigi
- B joochoom seogi oreun han sonnal bakat chigi
- C joochoom seogi oen joomeok pyojeok chigi

Vraag 24:

Wat is de benaming van afbeelding 7?

- A oen dwit koobi seogi dangyo teok jireugi
- B oreun dwit koobi seogi dangyo teok chireugi
- C oen dwit koobi seogi dangyo mok jireugi

Vraag 25:

Tiro-tora, junbi, seung, gallyeo, gye-sok, si-jak, gyeong-rye  
Welk woord hoort niet in dit rijtje thuis?

- A tiro-tora
- B seung
- C junbi

Vraag 26:

Een half strafpunt krijg je voor?

- A het werpen van de tegenstander
- B opzettelijk aanvallen na het stopcommando
- C gebruik maken van gewelddadige taal

Vraag 27:

Wat is "jeochyo jireugi"?

- A verticale vuist
- B omgekeerde vuist (handrug naar beneden)
- C horizontale steek (handpalm naar beneden gericht en bijna uitsluitend gericht naar de luchtwegen)

Vraag 28:

Wat is "mooreup chigi"?

- A kniestoot met vastpakken van de tegenstander
- B kniestoot zonder vastpakken van de tegenstander
- C elleboogstoot

Vraag 29:

Wat is een dubbele gesprongen trap zonder tussentijds de grond te raken?

- A doobaldangsan
- B twieo doobal ap chagi
- C twieo momdollyeo chagi

Vraag 30:

Wat is "keun dolcheogi"?

- A parate houding met een vuist op borsthoogte
- B parate houding met beide vuisten op de linker- of rechterheup
- C wurggreep met tijgerhand

Vraag 31:

Welke dan-graden kunnen alleen behaald worden in het kader van bijzondere promotie?

- A 6<sup>e</sup> dan en hoger
- B 7<sup>e</sup> dan en hoger
- C 8<sup>e</sup> dan en hoger

Vraag 32:

Wat is de benaming van afbeelding 8?

- A arae makki
- B han sonnal arae makki
- C sonnal arae makki

Vraag 33:

Wat is de benaming van afbeelding 9?

- A arae hechyo makki
- B bakat palmok momtong hechyo makki
- C deung-joomeok eolgool ap chigi

Vraag 34:

Wat is de benaming van afbeelding 10?

- A oen ap koobi seogi oen pyonsonkeut eopeun chireugi
- B oen ap koobi seogi oreun pyonsonkeut jechyo chireugi
- C oreun ap koobi seogi oen pyonsonkeut seweo chireugi

Vraag 35:

Wat is de minimum leeftijd voor 3<sup>e</sup> poom?

- A 8 jaar
- B 10 jaar
- C 13 jaar

Theorie examen voor 1<sup>ste</sup>, 2<sup>de</sup> en 3<sup>de</sup> DAN Taekwondo.  
Den Bosch 17 juni 1989.

Vraag 1:

Wat is "chireugi"?

- A stoottechnieken
- B slagtechnieken
- C steektechnieken

Vraag 2:

Wat betekent "chayu taeryon"?

- A 1-stapssparring
- B semi-vrij sparren
- C vrij sparren

Vraag 3:

Wat is de minimale wachttijd voor de tweede DAN?

- A 1 jaar
- B 2 jaar
- C 3 jaar

Vraag 4:

Kruisstand is?

- A haktari seogi
- B joochoom seogi
- C koa seogi

Vraag 5:

Welk lichaamsdeel is "darie"?

- A hand
- B hoofd
- C been

Vraag 6:

Wat is een officiële bestraffing (1 minpunt)?

- A gam jeon hana
- B jui hana
- C gyeong-go hana

THEORIE EXAMENS TAEKWONDO: 1<sup>ste</sup>, 2<sup>de</sup> EN 3<sup>de</sup> DAN  
**TAEKWONDO BOND NEDERLAND © 1992 PvdH**

**PAGINA 21**

---

Vraag 7:

Wat is een dangyo teok jireugi?

- A neerwaartse stoot
- B uppercut met omgekeerde vuist naar de kin
- C steek met verticale speerhand

Vraag 8:

Wat is een voorwaartse trap met de bal van de voet?

- A dwitchook ap chagi
- B apchook ap chagi
- C baldeung ap chagi



Vraag 9:

Wat is een "hooryeo chagi"?

- A 'druk'-trap
- B 'zweep'-trap
- C 'hak'-trap

Vraag 10:

Hoelang bestaat de Taekwondo Bond Nederland in april 1989?

- A 10 jaar
- B 20 jaar
- C 25 jaar

Vraag 11:

Wat is de benaming van afbeelding 1?

- A yeop chagi
- B ap chagi
- C dollyeo chagi

Vraag 12:

Wat is de benaming van afbeelding 2?

- A joochoom seogi oreun palkoop chigi
- B joochoom seogi oreun han sonnol bakat chigi
- C joochoom seogi oen joomeok pyojeok chigi

Vraag 13:

Wat is de benaming van afbeelding 3?

- A oreun ap koobi seogi momtong bandae jireugi
- B oen ap koobi seogi eolgool baro jireugi
- C oen ap koobi seogi arae hechyo makki

Vraag 14:

Wat is de benaming van afbeelding 4?

- A balnal
- B balkeut
- C sonkeut

Vraag 15:

Wat is de benaming van afbeelding 5?

- A pyonhi soegi tong milgi
- B jibipoom mok chigi
- C eolgool geodeuro makki

---

2<sup>de</sup> en 3<sup>de</sup> DAN

---

Vraag 16:

Wat betekent "tiro-tora"?

- A start!
- B draaien!
- C klaar staan!

Vraag 17:

Welk rijtje is fout?

- A ilbo taeryon, chokki taeryon, ban-chayu taeryon
- B saju, hogo, he jeon, seung, chong
- C sondeung, sonbadak, pyon-son, sonnal-deung

Vraag 18:

Wat betekent "an"?

- A binnenwaarts
- B opwaarts
- C buitenwaarts

THEORIE EXAMENS TAEKWONDO: 1<sup>ste</sup>, 2<sup>de</sup> EN 3<sup>de</sup> DAN  
**TAEKWONDO BOND NEDERLAND © 1992 PvdH**

**PAGINA 23**

---

Vraag 19:

"Moa seogi" is?

- A kruisstand
- B loopstand
- C gesloten stand

Vraag 20:

Wat is de minimale wachttijd voor de derde DAN?

- A 2 jaar
- B 2 ½ jaar
- C 3 jaar

Vraag 21:

Wat betekent "myeonge paegi"?

- A bevrijding van de onderarm uit een handgreep door een snelle draaiing van de onderarm
- B bevrijding van de onderarm uit een handgreep door een snelle rukachtige beweging van de onderarm naar boven
- C bevrijding uit een omarming van achteren door beide armen gebogen op schouderhoogte te brengen

Vraag 22:

Wat is een verdediging van het onderlichaam met gekruiste onderarmen?

- A oesanteul makki
- B arae hechyo makki
- C arae eotgereo makki

Vraag 23:

Wat is de benaming van afbeelding 6?

- A joochoom seogi jageun dolcheogi
- B joochoom seogi oreun han sonnal bakat chigi
- C joochoom seogi yeop jireugi

Vraag 24:

Wat is de benaming van afbeelding 7?

- A gawi makki
- B eotgereo makki
- C hechyo makki

Vraag 25:

Dobok, ti, dan, hogo, tok  
Welk woord hoort niet in dit rijtje thuis?

- A ti
- B dan
- C hogo

---

3de DAN

---

Vraag 26:

Een heel strafpunt krijg je voor?

- A het gebruik maken van gewelddadige taal
- B het werpen van de tegenstander
- C het simuleren van pijn

Vraag 27:

Wat is "gyopson"?

- A verticale vuist
- B 'berg'-blok
- C buitenwaartse slag met enkele meshand

Vraag 28:

Wat is een andere naam voor "naeryo chagi"?

- A jjikeo chagi
- B bandal chagi
- C nooleo chagi

Vraag 29:

Wat is een 'doel'-trap met de voetzool?

- A pyojeok chagi
- B twieo doobal ap chagi
- C biteuro chagi

Vraag 30:

Wat is "ageum-son"?

- A wurggreep met tijgerhand
- B parate houding met beide vuisten op de linker- of rechterheup
- C diamant blok

Vraag 31:

Welke vitaal lichaamsdeel mag met de voet geraakt worden om punten te scoren?

- A slaap
- B nek (behalve de achterkant)
- C gedeelte beneden de navel

Vraag 32:

Wat is de benaming van afbeelding 8?

- A oen haktari seogi keumgang makki
- B oreun haktari seogi oesanteul makki
- C oreun haktari seogi keumgang makki

Vraag 33:

Wat is de benaming van afbeelding 9?

- A balnal
- B baldeung
- C balmok

Vraag 34:

Wat is de benaming van afbeelding 10?

- A oen ap koobi soegi oen pyonsonkeut eopeun chireugi
- B oen ap koobi seogi oreun pyonsonkeut jechyo chireugi
- C oreun ap koobi seogi oen pyonsonkeut seweo chireugi

Vraag 35:

Wat is de minimum leeftijd van 4<sup>e</sup> dan?

- A 15 jaar
- B 18 jaar
- C 21 jaar

Theorie examen voor 1<sup>ste</sup>, 2<sup>de</sup> en 3<sup>de</sup> DAN Taekwondo.  
Leiden 14 oktober 1989.

Vraag 1:

Wat is "jireugi"?

- A stoottechnieken
- B slagtechnieken
- C steektechnieken

Vraag 2:

Wat betekent "chokki taeryon"?

- A non-contact sparren alleen met beentechnieken
- B semi-vrij sparren
- C vrij sparren

Vraag 3:

Wat is de minimum leeftijd voor 1<sup>ste</sup> poom?

- A 6 jaar
- B 8 jaar

C 10 jaar

Vraag 4:

Loopstand is?

- A haktari seogi
- B ap seogi
- C koa seogi

Vraag 5:

Welk lichaamsdeel is "balbadak"?

- A hand
- B hoofd
- C voetzool

Vraag 6:

Wat is een traingingsruimte?

- A hogo
- B dobok
- C dojang

THEORIE EXAMENS TAEKWONDO: 1<sup>ste</sup>, 2<sup>de</sup> EN 3<sup>de</sup> DAN  
TAEKWONDO BOND NEDERLAND © 1992 PvdH

PAGINA 27

---

Vraag 7:

Wat is een yeop jireugi?

- A zijwaartse stoot
- B uppercut met omgekeerde vuist naar de kin
- C steek met verticale speerhand

Vraag 8:

Wat is een voorwaartse trap met de onderkant van de hiel?

- A dwitchook ap chagi
- B apchook ap chagi
- C baldeung ap chagi

Vraag 9:

Wat is een "nooleo chagi"?

- A 'druk'-trap
- B 'zweep'-trap
- C 'hak'-trap

Vraag 10:

Hoelang bestaat de Taekwondo Bond Nederland in april 1989?

- A 10 jaar
- B 20 jaar
- C 25 jaar

Vraag 11:

Wat is de benaming van de afbeelding 1?

- A yeop chagi
- B ap chagi
- C collyeo chagi

Vraag 12:

Wat is de benaming van afbeelding 2?

- A palkoop chigi
- B pyonsonkeut jeochyo chireugi
- C hanson kaljaebi

THEORIE EXAMENS TAEKWONDO: 1<sup>ste</sup>, 2<sup>de</sup> EN 3<sup>de</sup> DAN  
TAEKWONDO BOND NEDERLAND © 1992 PvdH

PAGINA 28

---

Vraag 13:

Wat is de benaming van afbeelding 3?

- A ap koobi seogi deung joomeok bakat chigi
- B joochoom seogi eolgool baro jireugi
- C joochoom seogi oreun palkoop dwiro chigi

Vraag 14:

Wat is de benaming van afbeelding 4?

- A balnal
- B dwichook
- C apchook

Vraag 15:

Wat is de benaming van afbeelding 5?

- A jui hana
- B he jeon
- C gam-jeon hana

---

2de en 3de DAN

---

Vraag 16:

Wat betekent "gallyeo"?

- A start!
- B draaien!
- C stop!

Vraag 17:

Welk rijtje is fout?

- A hana, tul, set, net, tasot, yosot, ilgop, yodol, ahop, yul
- B pyonsonkeut, gawisonkeut, sonkeut
- C il, i, sam, sa, yuk, chil, pal, ku , sip

Vraag 18:

Wat betekent "bakat"?

- A binnenwaarts
- B opwaarts
- C buitenwaarts

THEORIE EXAMENS TAEKWONDO: 1<sup>ste</sup>, 2<sup>de</sup> EN 3<sup>de</sup> DAN  
TAEKWONDO BOND NEDERLAND © 1992 PvdH

PAGINA 29

---

Vraag 19:

"Beom seogi" is?

- A katstand
- B loopstand
- C gesloten stand

Vraag 20:

Wat is "modeumbal"?

- A langzame houdingsverandering naar moa seogi
- B het bevrijden uit de greep van een tegenstander
- C handverdediging tegen ap chagi waarbij de knie wordt gebroken

Vraag 21:

Wat betekent "mooreup makki"?

- A trappen die tot doel hebben de aanval van de tegenstander te stoppen
- B verdediging met knie of bovenbeen door opheffen van de knie
- C zijwaartse zwaai met gestrekt been

Vraag 22:

Wat is een halve maan trap?

- A hooryeo chagi



- B bandal chagi
- C nooleo chagi

Vraag 23:

Wat is "milgi"?

- A berg blok
- B verdediging met beide handen waarbij de aanval wordt weggeduwd
- C schaar blok

Vraag 24:

Wat is de benaming van afbeelding 6?

- A keumgang momtong makki
- B eotgereo makki
- C hechyo makki

Vraag 25:

Bij welke techniek wordt geen gebruik gemaakt van de hand?

- A kaljaebi
- B pyonsonkeut
- C palkoop

---

3<sup>de</sup> DAN

---

Vraag 26:

Een heel strafpunt krijg je voor?

- A het zich buiten de competitie ruimte begeven
- B het werpen van de tegenstander
- C het simuleren van pijn

Vraag 27:

Bij welke techniek wordt er geen gebruik gemaakt van de voet?

- A balbadak
- B joomeok
- C apchook

Vraag 28:

Wat is een andere naam voor "kaljaebi"?

- A ageum-son

- B dangyo
- C sonkeut

Vraag 29:

Wat is een 'hak'-trap?

- A jikeo chagi
- B twieo doobal ap chagi
- C biteuro chagi

Vraag 30:

Wat is "apcha olligi"?

- A verdediging met de knie
- B voorwaartse zwaai met gestrekt been
- C buitenwaartse haak trap

Vraag 31:

Waar wordt tijdens wedstrijden geen punt voor gegeven?

- A bandae jireugi
- B dangyo jireugi
- C chagi naar myeonge

Vraag 32:

Wat is de benaming van afbeelding 7?

- A jibipoom sonnal mok chigi
- B deung-joomeok eolgool ap chigi
- C eolgool jireugi

Vraag 33:

Wat is de benaming van afbeelding 8?

- A me-joomeok naeryo jireugi
- B oreun joomeok yeop jireugi
- C sonnol momtong yeop bakat makki

Vraag 34:

Hoeveel poom graden zijn er?

- A 3 (1<sup>ste</sup> t/m 3<sup>de</sup> poom)
- B 6 (1<sup>ste</sup> t/m 6<sup>de</sup> poom)
- C 9 (1<sup>ste</sup> t/m 9<sup>de</sup> poom)

Vraag 35:

Is het mogelijk een behaalde dan graad te verliezen?

- A ja, wanneer men meer dan 10 jaar geen taekwondo heeft gedaan
- B ja, wanneer men uit de TBN verwijderd wordt
- C nee, dit is nooit mogelijk

Theorie examen voor 1<sup>ste</sup>, 2<sup>de</sup> en 3<sup>de</sup> DAN Taekwondo.  
Sittard 10 maart 1990.

Vraag 1:

Wat is chagi?

- A traptechnieken
- B verdedigen / blokkeren
- C standen

Vraag 2:

Welk lichaamsdeel is mori?

- A hoofd
- B hals (nek)
- C voet

Vraag 3:

Wat is een buitenwaartse slag?

- A an chigi
- B bakat chigi
- C ap chigi

Vraag 4:

Wat is een achterwaartse trap met onderkant hiel?

- A bandae dollyeo chagi
- B dwichook dwit chagi
- C balnal dwit chagi

Vraag 5:

Welk rijtje is fout?

- A apcha olligi – pyojeok chagi – cha mumchugi – mooreup makki
- B miteuro paegi – wiro paegi – sonmok paegi – myeonge paegi
- C i – il – sam – sa – o - yuk – chil – pal

Vraag 6:

Wat is een voorwaartse trap met de wreef?

- A dwitchook ap chagi
- B apchook ap chagi
- C baldeung ap chagi

THEORIE EXAMENS TAEKWONDO: 1<sup>ste</sup>, 2<sup>de</sup> EN 3<sup>de</sup> DAN  
TAEKWONDO BOND NEDERLAND © 1992 PvdH

PAGINA 33

---

Vraag 7:

Wat hoort in deze rij niet huis?

Junbi – geuman – si-jak – seung – gyeong-rye

- A seung
- B si-jak
- C gyeong-rye

Vraag 8:

Wat is GEEN onderdeel van het examen voor de 1ste dan?

- A an-chayu taeryon
- B yek pa
- C ibo taeryon

Vraag 9:

Welke band graden zitten in de A-klasse?

- A 2<sup>de</sup> geup t/m 3<sup>de</sup> dan
- B alle zwarte banden (dangraden)
- C 10<sup>de</sup> t/m 1<sup>ste</sup> geup

Vraag 10:

Op welk lichaamsdeel kunnen geen punten gemaakt worden?

- A slaap
- B gezicht
- C nek

Vraag 11:

Wat is de benaming van afbeelding 1?

- A han sonnal bakat chigi
- B sonnal arae makki
- C an palmok momtong makki

Vraag 12:

Wat is de benaming van afbeelding 2?

- A arae eotgero makki
- B arae hechyo makki
- C arae makki

Vraag 13:

Wat is de benaming van afbeelding 3?

- A ap chagi
- B dwit chagi
- C yeop chagi

Vraag 14:

Wat is de benaming van afbeelding 4?

- A pyonsonkeut seweo chireugi
- B jibipoom batangson teok chigi
- C han sonnal bakat chigi

Vraag 15:

Wat is de benaming van afbeelding 5?

- A eolgool baro jireugi
- B sonnal momtong makki
- C keumgang momtong makki

---

2<sup>de</sup> en 3<sup>de</sup> DAN

---

Vraag 16:

Wat is jageun dolcheogi?

- A bevrijding uit een omarming
- B dubbele verdediging
- C parate houding

Vraag 17:

Wat is nooleo makki?

- A schaar-blok

- B zijwaartse verdediging
- C drukafweer

Vraag 18:

Wat hoort in deze rij niet thuis?

Mori – teok – mok – dobok – deung – son

- A teok
- B mok
- C dobok

THEORIE EXAMENS TAEKWONDO: 1<sup>ste</sup>, 2<sup>de</sup> EN 3<sup>de</sup> DAN

**TAEKWONDO BOND NEDERLAND © 1992 PvdH**

**PAGINA 35**

---

Vraag 19:

Wat is een berg-blok?

- A santeul makki
- B eotgereo makki
- C keumgang makki

Vraag 20:

Wie zijn er volgens de TBN senior?

- A heren van 18 jaar en ouder
- B dames en heren van 18 jaar en ouder
- C dames en heren van 16 jaar en ouder

Vraag 21:

Een half strafpunt krijg je voor?

- A opzettelijk aanvallen na het stopcommando
- B het werpen van de tegenstander
- C gebruik maken van gewelddadige taal

Vraag 22:

Wat is jeochyo jireugi?

- A verticale vuist
- B omgekeerde vuist (handrug naar beneden)
- C horizontale steek (handpalm naar beneden gericht en uitsluitend gericht naar de luchtwegen)

Vraag 23:

Welk rijtje is fout?

- A hong – seung – chong – jui hana
- B dobok – ti – dojang – mori
- C poomse – hyong – saju – sambo taeryon

Vraag 24:

Wat is de benaming van afbeelding 6?

- A dwit jireugi
- B jageun dolcheogi
- C momtong baro jireugi

Vraag 25:

Wat is de benaming van afbeelding 7?

- A palkoop dwiro chigi
- B sonmok paegi
- C palkoop pyojeok ap chigi

---

3de DAN

---

Vraag 26:

Wat is een hooryeo chagi?

- A zweep-trap
- B druk-trap
- C hak-trap

Vraag 27:

Wat is mooreup keokki?

- A bevrijden uit omarming van achteren
- B het vastpakken van voorwaartse trap en breken van het been
- C snelle houdingsverandering door verplaatsing van de voeten

Vraag 28:

Wat is een uppercut met omgekeerde vuist?

- A dangyo teok jireugi
- B doo joomeok jeochyo jireugi
- C seweo chireugi

Vraag 29:

Wat is een buitenwaartse slag met hamervuist?

- A me-joomeok bakat chigi
- B yeop jireugi
- C jeochyo chireugi

Vraag 30:

- A joochoom seogi
- B naranhi seogi
- C pyonhi seogi

Vraag 31:

Wat hoort in deze rij niet thuis?

Yeop – naeryo – dwit – bandal – ap – an – bakat

- A an
- B bandal
- C bakat

Vraag 32:

Wat is een doel-trap?

- A pyojeok chagi
- B biteuro chagi
- C bandal chagi

Vraag 33:

Welke senioren zitten in de gewichtsklasse weltergewicht?

- A tot 50 kg
- B van 58 kg tot 64 kg
- C van 70 kg tot 76 kg

Vraag 34:

Hoe groot is een wedstrijdveld?

- A 8 x 8 meter
- B 10 x 10 meter
- C 12 x 12 meter

Vraag 35:

Welke bescherming is NIET verplicht tijdens een wedstrijd contact systeem?

- A armbescherming
- B scheenbescherming
- C gebitsbescherming



DEEL 2. EXAMEN 1<sup>STE</sup> DAN

Theorie examen voor 1<sup>ste</sup> Dan Taekwondo  
Den Bosch 23 juni 1990.

Vraag 1:

Wat is "makki"?

- A steken met de vingers
- B paardrijstand
- C verdedigen / blokkeren

Vraag 2:

Een "dobok" is een ...?

- A een trainingszaal
- B een vuiststoot
- C taekwondo pak

Vraag 3:

Wat is de minimale wachttijd voor tweede DAN?

- A 1 jaar als je taekwondo leraar bent
- B 2 jaar
- C 3 jaar

Vraag 4:

Lange stand is?

- A moa soegi
- B dwit koobi seogi
- C ap koobi seogi

Vraag 5:

Welk lichaamsdeel is "myeonge"?

- A hals (nek)
- B rug
- C borst (solaris plexus)

Vraag 6:

Wat is een officieuze waarschuwing?

- A jui hana
- B hyeong-go hana

C gam jeon hana

Vraag 7:

Wat is een "halve maan trap"?

- A naeryo chagi
- B bandal chagi
- C jjikeo chagi

Vraag 8:

Wat is een pyonsonkeut?

- A wreef
- B speerhand
- C handrug

Vraag 9:

Welk rijtje is fout?

- A olbo taeryon, chokki taeryon, ban-chayu taeryon
- B saju, hogo, he jeon, seung, chong
- C sondeung, sonbadak, pyon-son, sonnal-deung

Vraag 10:

In welk jaar was taekwondo demonstratiesport tijdens de Olympisch Spelen?

- A 1984
- B 1988
- C 1980

Vraag 11:

Wat is de benaming van afbeelding 1?

- A baldeung
- B balkeut
- C koobi

Vraag 12:

Wat is de benaming van afbeelding 2?

- A mooreup
- B sonkeut
- C ageum-son

Vraag 13:

Wat is de benaming van afbeelding 3?

- A dangyo teok jireugi
- B momtong bandae jireugi
- C keumgang momtong makki

Vraag 14:

Wat is benaming van afbeelding 4?

- A mikeurembal
- B gawi makki
- C haktari seogi

Vraag 15:

Welke afbeelding stelt de Koreaanse vlag voor?

Theorie examen voor 1<sup>ste</sup> DAN Taekwondo  
Zoeterwoude 30 september 1990.

Vraag 1:

Wat is de wreef?

- A baldeung
- B balnal-deung
- C balkeut

Vraag 2:

Wat betekent koobi?

- A gewricht
- B stand
- C handrug

Vraag 3:

Wat is hetzelfde als Yosot (in het Chinees)?

- A O
- B Yuk
- C Chil

Vraag 4:

Wat is een gesprongen trap?

- A yeop chagi
- B twieo chagi
- C jjikeo chagi

Vraag 5:

Wat is een achterwaartse trap met de mesvoet?

- A dwichook dwit chagi
- B momdollyeo dwit chagi
- C balnal dwit chagi

Vraag 6:

Wat is doobaldangsan?

- A bevrijding van onderarm uit een handgreep
- B buitenwaartse haaktrap
- C in 1 sprong 2 trappen

Vraag 7:

Wat is een zijwaartse buitenwaartse verdediging van het onderlichaam met een meshand?

- A sonnal arae yeop bakat makki
- B han sonnal arae yeop an makki
- C sonnal momtong dwit bakat makki

Vraag 8:

Wat is geodeuro makki?

- A ondersteunde verdediging
- B dubbele blok
- C schaar-blok

Vraag 9:

Wat is een verdediging, waarbij de aanval wordt gestopt en weggeduwd met beide handpalmen?

- A milgi
- B noolleo makki
- C hechyo makki

Vraag 10:

Wat is een zijwaartse slag?

- A yeop chigi
- B yeop jireugi
- C yeop chireugi

Vraag 11:

Wat is een gesloten stand?

- A koa seogi
- B moa seogi
- C ap seogi

Vraag 12:

Wat is een langzame houdingsverandering?

- A mikeurembal
- B modeumbal
- C balnal

Vraag 13:

Wat is non-contact sparren met alleen voet- en beentechnieken?

- A sambo taeryon
- B ban-chayu taeryon
- C chokki taeryon

Vraag 14:

Wie organiseert jaarlijks de danexamens?

- A Examen Commissie
- B Nationaal Dan College
- C Nationale Graden Commissie

Vraag 15:

Wat is de minimale wachttijd voor 2<sup>de</sup> DAN?

- A 1 jaar
- B 1,5 jaar
- C 2 jaar

Vraag 1:

Wat is "chagi"?

- A trappen
- B paardrijstand
- C verdedigen / blokkeren

Vraag 2:

Een "ti" is een .....?

- A band
- B een vuiststoot
- C taekwondo pak

Vraag 3:

Wat is ageum-son?

- A bevrijding van de onderarm
- B tijgerhand
- C dubbele blok

Vraag 4:

Gesloten stand is?

- A koa seogi
- B moa seogi
- C ap koobi seogi

Vraag 5:

Welk lichaamsdeel is "teok"?

- A hals (nek)
- B rug
- C kaak (kin)

Vraag 6:

Wat is een officiële bestraffing?

- A jui hana
- B gyeong-go hana
- C gam jeon hana

Vraag 7:

Wat is een "teggestelde cirkeltrap"?



- A bandae dollyeo chagi
- B bandal chagi
- C jjikeo chagi

Vraag 8:

Wat is een batangson nooleo makki?

- A drukafweer naar beneden met de handpalm
- B zijwaartse buitenwaartse verdediging
- C dubbele verdediging

Vraag 9:

Wat hoort niet in het volgende rijtje thuis?

Poomsee, ilbo taeryon, hoosinsul, gye pa, sambo taeryon, gyeo-rugi

- A sambo taeryon
- B hoosinsul
- C gyeo-rugi

Vraag 10:

Wat is mooreup keokki?

- A verdediging tegen ap chagi en daarbij het been van de aanvaller te breken
- B parate houding: beide vuisten bij linker of rechter heup
- C verdediging met de knie

Vraag 11:

Wat is de minimum leeftijd om aan een poomexamen mee te kunnen doen?

- A 7 jaar
- B 8 jaar
- C 9 jaar

Vraag 12:

Wat is geodeuro makki?

- A gelijktijdige verdediging links en rechts
- B ondersteunde verdediging
- C verdediging met gekruiste armen

Vraag 13:

Hoeveel leden heeft de Taekwondo Bond Nederland ongeveer?

- A 5.000
- B 8.000

C 10.000

Vraag 14:

Wat is pyojeok chagi?

- A draai-trap
- B zweep-trap
- C doel-trap

Vraag 15:

Wat is "links"?

- A yeop
- B oreun
- C oen

Theorie examen voor 1<sup>ste</sup> DAN Taekwondo.  
Den Bosch 22 juni 1991.

Vraag 1:

Wat is "chireugi"?

- A stoottechnieken

- B slagtechnieken
- C steektechnieken

Vraag 2:

Wat betekent "pyon-son"?

- A achterhandpalm
- B handrug
- C open hand

Vraag 3:

Wat is "achterzijde van de hiel"?

- A darie
- B balmok
- C dwikumchi

Vraag 4:

Kruisstand is?

- A koa seogi
- B joochoom seogi
- C haktari seogi

Vraag 5:

Welk lichaamsdeel is "palmok"?

- A hand
- B onderarm
- C been

Vraag 6:

Wat is een officieuze bestraffing (waarschuwing)?

- A gam jeon hana
- B jui hana
- C gyeong-go hana

Vraag 7:

Wat is "links"?

- A oreun
- B oen
- C eopeun

Vraag 8:

Wat is een tegengestelde cirkeltrap?

- A dwitchook ap chagi
- B hooryeo chagi
- C bandae dollyeo chagi

Vraag 9:

Wat is een "bandal chagi"?

- A 'druk'-trap
- B 'zweep'-trap
- C 'halve maan'-trap

Vraag 10:

Hoe oud moet je minimaal zijn voor eerste DAN

- A 15 jaar
- B 16 jaar
- C 18 jaar

Vraag 11:

Hoe worden de trappen genoemd die tot doel hebben een tegenstander te stoppen zonder daarbij de tegenstander meteen uit te schakelen?

- A cha mumchugi
- B kolchyeo chagi
- C dollyeo chagi

Vraag 12:

Wat zijn "Paegi"?

- A trappen naar het gezicht
- B bevrijdingen
- C voetverdedigingen

Vraag 13:

Wat is "gawi-makki"?

- A lage afweer
- B schaar-blok
- C kruis-blok

Vraag 14:

Welk rijtje is fout?

- A il-i-sam-sa-o-yuk-chil-pal-ku-sip
- B hana-tul-set-net-yosot-tasot-ilgop-yodol-ahop-yul
- C oen-oreun-ap-dwit-yeop-naeryo

Vraag 15:

Wat hoort niet in het rijtje thuis?

Gye-sog, gallyeo, tiro-tora, he jeon

- A gallyeo
- B tiro-tora
- C he jeon

Theorie examen voor 1<sup>ste</sup> DAN Taekwondo.  
Den Bosch 23 november 1991.

Vraag 1:

Wat is "chagi"?

- A trappen
- B paardrijstand
- C verdedigen / blokkeren

Vraag 2:

Een "ti" is een ...?

- A band
- B vuiststoot
- C taekwondo pak

Vraag 3:

Wat hoort niet in het rijtje thuis?  
Mroi – teok – dari – gye pa – sonmok

- A teok
- B gye pa
- C dari

Vraag 4:

Korte stand is?

- A moa seogi
- B dwit koobi seogi
- C ap koobi seogi

Vraag 5:

Welk lichaamsdeel is “myeonge”?

- A hals (nek)
- B rug
- C borst (solaris plexus)

Vraag 6:

Wat is “choki taeryon”?

- A 1-stapssparring
- B semi-vrij sparren
- C non-contact sparren alleen met de voet/been

THEORIE EXAMENS TAEKWONDO: 1<sup>ste</sup>, 2<sup>de</sup> EN 3<sup>de</sup> DAN  
**TAEKWONDO BOND NEDERLAND © 1992 PvdH**

**PAGINA 52**

---

Vraag 7:

Wat is een ‘doel’-trap?

- A pyojeok chagi
- B bandal chagi
- C jjikeo chagi

Vraag 8:

Wat is een gawisonkeut?

- A speerhand met twee vingers
- B binnen meshand
- C handrug

Vraag 9:

Welk rijtje is goed?

- A hana, tul, set, net, tasot, yosot
- B il, I, sam, o, yuk, chil, pal
- C ilbo taeryon, ibo taeryon, chokki taeryon, hosinsul

Vraag 10:

- I In 1992 is taekwondo een sport op de olympische spelen;
- II In 1992 doet Nederland mee met taekwondo op de olympische spelen

- A I is goed, II is niet goed
- B I en II zijn fout
- C I en II zijn goed

Vraag 11:

Wie is de voorzitter van de Taekwondo Bond Nederland?

- A Janssen
- B Eissink
- C Titselaar

Vraag 12:

Wat is een buitenwaartse slag met hamervuist?

- A han sonnal bakat chigi
- B me-joomeok bakat chigi
- C me-joomeok an chigi

Vraag 13:

Wat is tegelijkertijd "sonnal eolgool makki" en "batangson teok chigi"?

- A dangyo teok jireugi
- B momtong bandae jireugi
- C jibipoom mok chigi

Vraag 14:

Welke bewering is goed?

- I "jireugi" is steken
  - II "koa seogi" is kruisstand
- A I is fout, II is goed
  - B I en II zijn fout
  - C I en II zijn goed

Vraag 15:

Wat is "mooreup keokki"?

- A stoten met de knie
- B bevrijding van de pols uit een handgreep
- C verdediging tegen ap chagi en breken van de knie

Theorie examen voor 1<sup>ste</sup> DAN Taekwondo.  
Den Bosch 29 februari 1992.

Vraag 1:

Wat is de wreef?

- A balkeut
- B balnal-deung
- C baldeung

Vraag 2:

Wat betekent koobi?

- A gewricht
- B handrug
- C stand

Vraag 3:



Wat is hetzelfde als Tasot (in het Chinees)?

- A Chil
- B Yuk
- C O

Vraag 4:

Wat is een zijwaartse trap?

- A ap chagi
- B yeop chagi
- C twieo chagi

Vraag 5:

Wat is een neerwaartse trap met de achterkant van de hiel?

- A dwikumchi naeryo chagi
- B balbadak naeryo chagi
- C balnal dwit chagi

Vraag 6:

Wat is hooryeo chagi?

- A zweep-trap
- B buitenwaartse haaktrap
- C in 1 sprong 2 trappen

Vraag 7:

Wat is een zijwaartse buitenwaartse verdediging van het middenlichaam met een meshand?

- A sonnal momtong yeop bakat makki
- B han sonnal arae yeop an makki
- C sonnal momtong dwit bakat makki

Vraag 8:

Wat is eolgool makki?

- A ondersteunde verdediging
- B hoge blok
- C schaar-blok

Vraag 9:

Wat is een wig-blok?

- A arae makki

- B hechyo makki
- C oesanteul makki

Vraag 10:

Wat is een zijwaartse stoot?

- A yeop chigi
- B yeop chireugi
- C yeop jireugi

Vraag 11:

Wat is een loopstand?

- A ap seogi
- B ma seogi
- C koa seogi

Vraag 12:

Wat hoort niet in het rijtje thuis:  
Ollyeo – an – bakat – nooleo – ap

- A ap
- B nooleo
- C an

Vraag 13:

Wat is chayu taeryon?

- A vrij sparren
- B non-contact sparren
- C semi-vrij sparren

Vraag 14:

Waar zijn de examinatoren van de danexamens lid van?

- A Nationaal Dan College
- B Nationale Graden Commissie
- C Opleidings Commissie

Vraag 15:

Wat is de minimale wachttijd voor 2<sup>de</sup> DAN?

- A 1 jaar
- B 1,5 jaar
- C 2 jaar



Theorie examen voor 2<sup>de</sup> en 3<sup>de</sup> Dan Taekwondo.  
Den Bosch 23 juni 1990.

Vraag 1:

Wat is "chireugi"?

- A steektechnieken
- B slagtechnieken
- C stoottechnieken

Vraag 2:

Wat is "darie"?

- A been
- B draai
- C gewricht

Vraag 3:

Wat is "eopeun"?

- A verticaal
- B horizontaal
- C omgekeerd

Vraag 4:

Wat is gesloten stand?

- A dwit koobi seogi
- B moa seogi
- C naranhi seogi

Vraag 5:

Wat is open stand?

- A beom seogi
- B koa seogi
- C pyonhi seogi

Vraag 6:

Wat is een snelle houdingsverandering door verplaatsing van beide voeten?

- A momdollyeo
- B modeumbal
- C mikeurembal

THEORIE EXAMENS TAEKWONDO: 1<sup>ste</sup>, 2<sup>de</sup> EN 3<sup>de</sup> DAN  
TAEKWONDO BOND NEDERLAND © 1992 PvdH

PAGINA 59

---

Vraag 7:

Wat is een opwaartse stoot met jeochyo joomeok?

- A dangyo jireugi
- B do joomeok jeochyo jireugi
- C baro jireugi

Vraag 8:

Wat is een steek met een verticale speerhand?

- A pyonsonkeut seweo chireugi
- B pyonsonkeut jeochyo chireugi
- C gawisonkeut seweo chireugi

Vraag 9:

Wat is een buitenwaartse slag met een enkele meshand?

- A han sonnal chigi
- B sonnal mok an chigi
- C han sonnal teok chigi

Vraag 10:

Wat is een opwaartse slag (naar de kin)?

- A ollyeo chigi

- B dangyo teok jireugi
- C jibipoom teok chigi

Vraag 11:

Wat is "an palmok momtong yeop bakat makki"?

- A zijwaartse buitenwaartse verdediging van het onderlichaam met buitenkant onderarm
- B zijwaartse buitenwaartse verdediging van het middenlichaam met binnenkant onderarm
- C zijwaartse buitenwaartse verdediging van het middenlichaam met buitenkant onderarm

Vraag 12:

Waar mag een hoofdscheidsrechter een waarschuwing voor geven?

- A aanvallen met het hoofd
- B aanvallen van de geslachtsdelen
- C gebruik maken van gewelddadige taal

Vraag 13:

Wat mag een hoofdscheidsrechter geven voor het uiten van wangedrag?

- A gam-jeon hana
- B jui hana
- C gyeong-go hana

Vraag 14:

Bij een gelijk aantal punten in een wedstrijd bepaalt de scheidsrechter wie er wint. Welke argumenten spelen hierbij GEEN rol?

- A punt met voettechniek telt zwaarder dan met vuisttechniek
- B de plaats van een treffer
- C wie de meeste strafpunten heeft behaald

Vraag 15:

Wat mag een deelnemer aan een wedstrijd WEL dragen tijdens een wedstrijd?

- A een andere kleur band, dan die welke bij zijn graduatie hoort
- B een bril
- C een school- en bondsembleem

Vraag 16:

Wanneer kan een deelnemer aan een wedstrijd gediskwalificeerd worden?

- A opzettelijk aanvallen stopcommando hoofdscheidsrechter
- B wanneer de tegenstander KO gaat
- C de orders van de scheidsrechter worden door de coach van de speler niet opgevolgd

Vraag 17:

Wat is gevechtsronde?

- A gye-sog
- B si-jak
- C he jeon

Vraag 18:

Wie kan iemand voordragen voor een bijzondere DAN-promotie?

- A bondslid dat een hogere graad heeft dan degene die wordt voorgedragen
- B bondslid vanaf 4<sup>de</sup> DAN
- C ieder bondslid

Vraag 19:

Welke band/graad dient de partner van kandidaten bij de 2<sup>de</sup> en 3<sup>de</sup> DAN examens minimaal te hebben?

- A 2<sup>de</sup> Geup
- B 1ste DAN
- C bij kandidaten voor 2<sup>de</sup> DAN: 1<sup>ste</sup> DAN  
Bij kandidaten voor 3<sup>de</sup> DAN: 2<sup>de</sup> DAN

Vraag 20:

Hoe vaak mag een kampioenschap taekwondo plaatsvinden?

- A 1 maal per jaar
- B 2 maal per jaar
- C 3 maal in 2 jaar

Vraag 21:

Wat is een bevrijding uit een omarming van achteren?

- A jageun docheogi
- B myeonge paegi
- C gyopson

Vraag 22:

Wat zijn "twieo chagi"?

- A steken met speerhand
- B gesprongen trappen
- C trappen maar het kruis

Vraag 23:

Wat is een cirkeltrap?

- A naeryo chagi
- B dollyeo chagi
- C bandal chagi

Vraag 24:

Wat is een "hooryeo chagi"?

- A zweep-trap
- B druk-trap
- C hak-trap

THEORIE EXAMENS TAEKWONDO: 1<sup>ste</sup>, 2<sup>de</sup> EN 3<sup>de</sup> DAN  
TAEKWONDO BOND NEDERLAND © 1992 PvdH

PAGINA 62

---

Vraag 25:

Wat is "balnal dwit chagi"?

- A neerwaartse trap met voetzool
- B achterwaartse trap met onderkant hiel
- C achterwaartse trap met mesvoet

---

3<sup>de</sup> DAN

---

Vraag 26:

Wat is "mom"?

- A lichaam
- B hoofd
- C hals

Vraag 27:

Wat is hand?

- A pal
- B son
- C joomeok

Vraag 28:

Wat is de achterzijde van de hiel (achillespees)?

- A dwikumchi
- B dwichook



C apchook

Vraag 29:

Wat is "ageum-son"?

- A kaljaebi
- B mooreup
- C darie

Vraag 30:

Wat is "gyeo-rugi"?

- A gye pa
- B chayy taeryon
- C chokki taeryon

Vraag 31:

Wat betekent "taekwondo"?

- A ongewapend verdedigen tegen (gewapende) aanvaller(s)
- B de 'manier' van het trappen en de vuist
- C sparren met voet en vuist

Vraag 32:

Wat is "milgi"?

- A verdediging met beide handen waarbij de aanval wordt weggeduwd
- B berg blok
- C schaarblok

Vraag 33:

Bij welke techniek wordt geen gebruik gemaakt van de hand?

- A palkoop
- B pyonsonkeut
- C ap chigi

Vraag 34:

Bij welke techniek wordt geen gebruik gemaakt van de voet?

- A moreup makki
- B apcha olligi
- C yeop apchook

Vraag 35:

Wat is een trainingsruimte in het Koreaans?

- A dobok
- B dojo
- C dojang

Theorie examen voor 2<sup>de</sup> en 3<sup>de</sup> DAN Taekwondo  
Zoeterwoude 30 september 1990.

Vraag 1:

Wat is chigi?

- A stoottechnieken
- B traptechnieken
- C slagtechnieken

Vraag 2:

Wat is naranhi seogi?

- A paardrijstand
- B loopstand
- C parallelstand

Vraag 3:

Wat is kruisstand?

- A moa seogi
- B haktari seogi
- C koa seogi

Vraag 4:

Wat is meshand (pinkzijde)?

- A sonnal
- B sonkeut
- C son

Vraag 5:

Wat is binnen-mesvoet?

- A baldeung
- B balnaldeung
- C balnal

Vraag 6:

Wat us balbadak?

- A tenen
- B voetzool
- C onderkant hiel

Vraag 7:

Wat is 'knokkel'-vuist (middelvinger iets naar voren geschoven)?

- A ap-joomeok
- B bam-joomeok
- C pyon-joomeok

Vraag 8:

Wat us chokki taeryon?

- A sparren
- B non-contact sparren
- C non-contact sparren met alleen voet- en beentechnieken

Vraag 9:

Hoe heet een deelnemer in een blauwe hogo?

- A seung
- B hong
- C chong

Vraag 10:

Wat is hetzelfde als chayu taeryon?

- A gyeo-rugi
- B ban-chayu taeryon
- C gye pa

Vraag 11:

Wat is hetzelfde als ageum-son?

- A kaljaebi

- B darie
- C myeonge

Vraag 12:

Wat is binnenkant onderarm (duimzijde)?

- A an palkoop
- B an palmok
- C bakat palkoop

Vraag 13:

Wat hoort niet in het rijtje thuis?

Oen – ap – dwit – naeryo – ollyeo – mikeurembal – dangyo

- A oen
- B mikeurembal
- C dangyo

Vraag 14:

Welke stand is 'oreun' gegeven dat het rechterbeen voor staat?

- A dwit koobi seogi
- B ap koobi seogi
- C beom seogi

Vraag 15:

Welke stand is 'oen' gegeven dat het rechterbeen voor staat?

- A mo-joochoom seogi
- B ap seogi
- C pyonhi seogi

Vraag 16:

Wat is een cirkelende stoot?

- A dollyeo jireugi
- B bandae jireugi
- C dwit jireugi

Vraag 17:

Wat is een steek gericht naar de luchtwegen met handpalm naar beneden?

- A seweo chireugi

- B jeochyo chireugi
- C eopeun chireugi

Vraag 18:

Wat is een dubbele techniek met tegelijkertijd sonnal eolgool makki en sonnal mok an chigi?

- A jibipoom teok chigi
- B jibipoom mok chigi
- C geodeuro deung joomeok eolgool ap chigi

THEORIE EXAMENS TAEKWONDO: 1<sup>ste</sup>, 2<sup>de</sup> EN 3<sup>de</sup> DAN  
TAEKWONDO BOND NEDERLAND © 1992 PvdH

PAGINA 67

---

Vraag 19:

Wat hoort niet in het rijtje thuis?

Apcha olligi – pyojeok chagi – momdollyeo chagi – cha mumchugi – mooreup makki

- A apcha olligi
- B momdollyeo chagi
- C mooreup makki

Vraag 20:

Wat is een handverdediging tegen ap chagi waarbij het been wordt gepakt en gebroken?

- A sonmok paegi
- B bandal chagi
- C mooreup keokki

Vraag 21:

In welke stand wordt pyopson mestal uitgevoerd?

- A moa seogi
- B ap koobi seogi
- C dwit koobi seogi

Vraag 22:

Wat is een taak van het Nationaal Dan College?

- A het organiseren van danexamens
- B het beheren van het Nationale Dangraden Register
- C het fungeren als examiner op danexamens

Vraag 23:

Wat is het maximaal aantal dangraden dat behaald kan worden?

- A 8
- B 9
- C 10

Vraag 24:

Wat is het maximaal aantal poomgraden dat behaald kan worden?

- A 3
- B 4
- C 5

Vraag 25:

Wie organiseert de danexamens?

- A Nationaal Dan College
- B Nationale Graden Commissie
- C Hoofdbestuur van de Taekwondo Bond Nederland

---

3<sup>e</sup> DAN

---

Vraag 26:

Wat is biteuro chagi?

- A voorwaartse trap met de hak
- B draai-trap
- C trap met draaiing via de rugzijde

Vraag 27:

Wat is hooyeo chagi?

- A druk-trap
- B zweep-trap
- C doel-trap

Vraag 28:

Wat is balnal chagi?

- A hak-trap
- B neerwaartse trap
- C halve maan trap

Vraag 29:

Wat is eotgereo makki?

- A berg-blok
- B kruis-blok
- C schaar-blok

Vraag 30:

Wat is een wig-blok?

- A nooleo makki
- B keumgang makki
- C hechyo makki

Vraag 31:

Wat is een kniestoot waarbij de tegenstander wordt vastgepakt?

- A mooreup chig
- B mooreup chagi
- C mooreup keokki

Vraag 32:

Wat is een voorwaartse gelijkgerichte (t.o.v. het achterste been) gerichte stoot?

- A jeochyo chireugi
- B bandae jireugi
- C baro jireugi

Vraag 33:

Wat is een kruisstand met het een kruising achter het standbeen?

- A mo-joochoom seogi
- B dwit koobi seogi
- C dwit koa seogi

Vraag 34:

Vanaf welke dangrad kan men een danraad alleen nog verkrijgen in het kader van een bijzondere promotie?

- A vanaf 6<sup>de</sup> DAN
- B vanaf 7<sup>de</sup> DAN
- C vanaf 8<sup>ste</sup> DAN

Vraag 35:

Hoeveel danexamens moeten er per jaar minimaal worden georganiseerd?

- A 1
- B 2
- C 3

Theorie examen voor de 2<sup>de</sup> en 3<sup>de</sup> DAN Taekwondo.  
Almelo 23 februari 1991

Vraag 1:

Wat is chigi?

- A stoottechnieken
- B traptechnieken
- C slagtechnieken

Vraag 2:

Wat is moa seogi?

- A paardrijstand
- B loopstand
- C gesloten stand

Vraag 3:

Wat is loopstand?

- A ap koobi seogi
- B ap seogi
- C koa seogi

Vraag 4:

Wat is dollyeo jireugi?

- A horizontale steek
- B zijwaartse stoot
- C cirkelende stoot

Vraag 5:

Wat is de achterzijde hiel?

- A dwit chagi
- B dwichook
- C dwikumchi

Vraag 6:

Wat is balnal-deung?



- A binnenmesvoet
- B voetzool
- C wreef

Vraag 7:

Welke commissie bestaat niet binnen de TBN?

- A nationale financiële commissie
- B technische commissie
- C medische commissie

Vraag 8:

Welke kleur band hoort bij de 3<sup>e</sup> geup?

- A blauw
- B rood
- C zwarte slip

Vraag 9:

Hoe heet een deelnemer aan een wedstrijd in een rode hogo?

- A seung
- B hong
- C chong

Vraag 10:

Wat is hetzelfde als ageum son?

- A sonkeut
- B kaljaebi
- C batangson

Vraag 11:

Wat is bakat palmok arae hechyo makki?

- A gelijktijdig links en rechts arae yeop makki
- B 'wig'-blok
- C 'schaar'-blok

Vraag 12:

Wat is bevrijding van de onderarm door een snelle draaiing van de onderarm?

- A miteuro paegi
- B wiro paegi
- C myeonge paegi

Vraag 13:

Wat is sonmok paegi?

- A bevrijding uit een omarming van achteren
- B bevrijding van de pols uit een handgreep door een snelle ruk naar boven
- C bevrijding van de pols uit een handgreep door een ruk richting andere schouder

Vraag 14:

In welke stand wordt 'gyopson' meestal uitgevoerd?

- A koa seogi
- B moa seogi
- C beom seogi

Vraag 15:

Wat hoort niet in het rijtje thuis?

Apcha olligi – pyojeok chagi – biteuro chagi – cha mumchugi – mooreup makki

- A biteuro chagi
- B apcha olligi
- C mooreup makki

Vraag 16:

Wat is twieo doobal ap chagi?

- A achterwaartse trap met draaiing via rugzijde
- B gelijktijdig met beide voeten gesprongen ap chagi
- C gesprongen voorwaartse trap

Vraag 17:

Wat is een steek gericht naar de luchtwegen met handpalm naar beneden?

- A seweo chireugi
- B eopeun chireugi
- C jeochyo chireugi

Vraag 18:

Welk rijtje is GOED?

- A oen – oreun – ap – dwit – yeop
- B sa – o – yuk – chil – pal – sip
- C yosot – ilgop – ahop – yodol – yul

Vraag 19:

Wat is bakat chigi?

- A neerwaartse slag
- B binnenwaartse slag
- C buitenwaartse slag

Vraag 20:

Wat is een zijwaartse verdediging?

- A arae makki
- B eolgool makki
- C yeop makki

Vraag 21:

Wat is een met de andere hand ondersteunde verdediging?

- A sonnal makki
- B eotgereo makki
- C geodeuro makki

Vraag 22:

Wat is een taak van het Nationaal Dan College?

- A het organiseren van danexamens
- B het beheren van het Nationale Dangraden Register
- C het fungeren als examiner op danexamens

Vraag 23:

Wat is het maximaal aantal dangraden dat met een danexamen behaald kan worden?

- A 6
- B 7
- C 8

Vraag 24:

Wat is de minimum leeftijd voor tweede DAN?

- A 15 jaar
- B 16 jaar
- C 18 jaar

---

Vraag 25:

Wat moet de graduatie zijn van de partner bij de tweede en derde DAN examens?

- A 3de geup
- B 2de geup
- C 1ste geup

---

3<sup>e</sup> DAN

---

Vraag 26:

Wie kan iemand kandidaat stellen voor een bijzondere DAN-promotie?

- A ieder bondslid
- B ieder bondslid met eerste DAN of hoger
- C ieder bondslid met vierde DAN of hoger

Vraag 27:

Hoeveel wedstrijdpunten krijgt iemand voor 1<sup>ste</sup> plaats op de Europese Kampioenschappen Taekwondo?

- A 50 punten
- B 75 punten
- C 100 punten

Vraag 28:

Wat is guek-pa?

- A breektesten
- B commando: draai!
- C commando: klaar staan!

Vraag 29:

Welke overtreding is een half strafpunt bij wedstrijden?

- A tegenstander vasthouden
- B het zich met beide voeten uit de wedstrijdruimte begeven
- C vuiststoot op handpalm voor het lichaam

Vraag 30:

Wat is een berg-blok?

- A santeul makki
- B keumgang makki
- C hechyo makki

Vraag 31:

Wat is een kniestoot zonder de tegenstander vast te pakken?

- A mooreup chigi
- B mooreup chagi
- C mooreup keokki

Vraag 32:

Wat is een neerwaartse stoot?

- A jeochyo chireugi
- B bandae jireugi
- C naeryo jireugi

Vraag 33:

Wat is een kruisstand met kruising achter het standbeen?

- A dwit koa soegi
- B dwit koobi seogi
- C joochoom seogi

Vraag 34:

Wat betekent 'tae' in taekwondo?

- A vuist
- B trappen
- C manier/weg

Vraag 35:

Wat is geen commando?

- A geuman
- B junbi
- C he jeon

Vraag 1:

Wat is 'jireugi'?

- A stoottechnieken
- B slagtechnieken
- C steektechnieken

Vraag 2:

Wat is 'mooreup'?

- A been
- B knie
- C gewricht

Vraag 3:

Wat is 'dangyo'?

- A verticaal
- B horizontaal
- C omgekeerde opwaarts

Vraag 4:

Wat is katstand?

- A beom seogi
- B moa seogi
- C naranhi seogi

Vraag 5:

Wat is paardrijdersstand?

- A beom seogi
- B joochoom seogi
- C pyonhi seogi

Vraag 6:

Wat is een tamelijk langzame houdingsverandering waarbij beide voeten naast elkaar worden geplaatst?

- A momdollyeo
- B mikeurembal
- C modeumbal

Vraag 7:

Wat is een verticale vuist?

- A eopeun jireugi
- B jeochyo chireugi
- C seweo jireugi

Vraag 8:

Wat is een steek met een omgekeerde speerhand?

- A pyonsonkeut seweo chireugi
- B pyonsonkeut jeochyo chireugi
- C gawisonkeut seweo chireugi

Vraag 9:

Wat is een buitenwaartse slag met een hamervuist?

- A me-joomeok bakat chigi
- B sonnal mok an chigi
- C han sonnal bakat chigi

Vraag 10:

Wat is een tegelijkertijd sonnal eolgool makki en sonnal mok an chigi?

- A jibipoom mok chigi
- B dangyo mok jireugi
- C jibipoom teok chigi

Vraag 11:

Wat is 'an palmok momtong yeop bakat makki'?

- A zijwaartse buitenwaartse verdediging van het onderlichaam met buitenkant onderarm
- B zijwaartse buitenwaartse verdediging van het middenlichaam met binnenkant onderarm
- C zijwaartse buitenwaartse verdediging van het middenlichaam met buitenkant onderarm

Vraag 12:

Waar mag een hoofdscheidsrechter een kyeong-go hana voor geven?

- A aanvallen met het hoofd
- B stoten naar het hoofd
- C gebruik maken van gewelddadige taal

Vraag 13:

Wat mag een hoofdscheidsrechter geven voor het simuleren van pijn?

- A jui hana
- B gyeong-go hana
- C gam-jeon hana

Vraag 14:

Bij een gelijk aantal punten in een wedstrijd bepaalt de scheidsrechter wie er wint. Welke argumenten spelen hierbij GEEN rol?

- A punt met voettechniek telt zwaarder dan met vuisttechniek
- B wie de meeste strafpunten heeft behaald
- C de plaats van de treffers

Vraag 15:

Wat mag een deelnemer aan een wedstrijd WEL dragen tijdens een wedstrijd?

- A een andere kleur band, dan die welke bij zijn graduatie hoort
- B een bril
- C een school- en bondsembleem

Vraag 16:

Wanneer kan een deelnemer aan een wedstrijd gediskwalificeerd worden?

- A opzettelijk aanvallen stopcommando hoofdscheidsrechter
- B wanneer de tegenstander KO gaat
- C de orders van de scheidsrechter worden door de coach van de speler niet opgevolgd

Vraag 17:

Welk rijtje is fout?

- A junbi-geuman-gyesog-hogo
- B hogo-tobok-ti-tok
- C saju-poomsee-hyong

Vraag 18:

Wie kan iemand voordragen voor een bijzondere DAN-promotie?

- A ieder bondslid



- B bondslid vanaf 4<sup>de</sup> DAN
- C bondslid dat een hogere graad heeft dan degene die wordt voorgedragen

Vraag 19:

Wie is de voorzitter van de Nationale Graden Commissie?

- A P. van der Horst
- B M.S. Seo
- C G. Eissink

Vraag 20:

Hoe heet een techniek waarbij twee trappen worden gemaakt zonder de voeten tussentijds op de grond te zetten?

- A twieo doobal ap chagi
- B doobaldangsan
- C biteuro chagi

Vraag 21:

Wat is een bevrijding van de onderarm uit een handgreep door een snelle draaiing van de pols?

- A sonmaok paegi
- B myeonge paegi
- C miteuro paegi

Vraag 22:

Wat zijn GEEN voetverdedigingen?

- A pyojeok chagi
- B balnal chagi
- C apcha olligi

Vraag 23:

Wat is een 'zweep'-trap?

- A hooryeo chagi
- B dollyeo chagi
- C bandal chagi

Vraag 24:

Wat is een "nooleo chagi"?

- A cirkel-trap
- B druk-trap
- C hak-trap

Vraag 25:

Wat is "santeul makki"?

- A neerwaartse trap met voetzool
- B schaar-blok
- C berg-blok

---

3<sup>de</sup> DAN

---

Vraag 26:

Wat is "milgi"?

- A lichaam
- B hoofd
- C een verdediging, waarbij de aanval wordt gestopt en weggeduwd met beide handpalmen

Vraag 27:

Wat is voet?

- A pal
- B bal
- C son

Vraag 28:

Wat is mesvoet?

- A balnal
- B dwichook
- C sonbadak

Vraag 29:

Wat is tijgerbek of booghand?

- A mooreup
- B kaljaebi
- C darie

Vraag 30:

Wat is "gye pa"?

- A sparren
- B zelfverdediging
- C breekttest

Vraag 31:

Wat betekent "taekwondo"?

- A ongewapend verdedigen tegen (gewapende) aanvaller(s)
- B de "manier" van het trappen en de vuist
- C sparren met voet en vuist

Vraag 32:

Wat is de hoogste dangraad die door de Nationale Graden Commissie is toegekend?

- A 8e DAN
- B 7e DAN
- C 6e DAN

Vraag 33:

Bij welke techniek wordt GEEN gebruik gemaakt van de voet?

- A yeopcha olligi
- B ap chigi
- C cha mumchugi

Vraag 34:

Bij welke techniek wordt WEL gebruik gemaakt van de voet?

- A apcha olligi
- B ap chigi
- C yeop jireugi

Vraag 35:

Wat is een trainingsruimte in het Koreaans?

- A dobok
- B dojang
- C dojo

Vraag 1:

Wat is chagi?

- A stoottechnieken
- B slagtechnieken
- C traptechnieken

Vraag 2:

Wat is koa seogi?

- A paardrijstand
- B loopstand
- C kruisstand

Vraag 3:

Wat is katstand?

- A ap koobi seogi
- B beom seogi
- C koa seogi

Vraag 4:

Wat is dollyeo jireugi?

- A cirkelende stoot
- B zijwaartse stoot
- C horizontale steek

Vraag 5:

Wat is achterhandpalm?

- A pyon-son
- B gawison
- C batangson

Vraag 6:

Wat is sonnal-deung?

- A binnenmeshand
- B handpalm
- C handrug

Vraag 7:

Welke commissie van de TBN organiseert de danexamens?

- A financiële commissie
- B nationale graden commissie
- C nationaal dan college

Vraag 8:

Welke kleur band hoort bij de 5<sup>e</sup> geup?

- A groen

- B blauw
- C rood

Vraag 9:

Hoe heet een deelnemer aan een wedstrijd in een blauwe hogo?

- A seung
- B hong
- C chong

Vraag 10:

Wat is hetzelfde als kaljaebi?

- A sonkeut
- B ageumson
- C batangson

Vraag 11:

Wat is bakat palmok arae bakat makki?

- A buitenwaartse lage verdediging met buitenkant onderarm
- B binnenwaartse lage verdediging met binnenkant onderarm
- C binnenwaartse lage verdediging met buitenkant onderarm

Vraag 12:

Wat is bevrijding van de onderarm uit een handgreep door een snelle ruk van de onderarm naar boven?

- A wiro paegi
- B miteuro paegi
- C myeonge paegi

Vraag 13:

Wat is myeonge paegi?

- A bevrijding van de pols uit een handgreep door een ruk richting andere schouder
- B bevrijding van de pols uit een handgreep door een draaiing van de pols
- C bevrijding van een omarming van achteren

Vraag 14:

In welke stand wordt 'gyopson' meestal uitgevoerd?

- A koa seogi
- B moa seogi
- C beom seogi

Vraag 15:

Welk antwoord is goed?

- I keumgang makki is een diamantblok
  - II hechyo makki is een kruisblok
- 
- A I is goed en II is fout
  - B I is fout en II is goed
  - C I en II zijn beiden goed

Vraag 16:

Wat is tong milgi?

- A achterwaartse trap met draaiing via rugzijde
- B verdediging tegen een aanval naar de luchtwegen
- C gesprongen voorwaartse trap

Vraag 17:

Wat is een zijwaartse elleboogstoot?

- A seweo chireugi
- B palkoop yeop chigi
- C jibipoom teok chigi

Vraag 18:

Wat hoort niet in het rijtje thuis?

Moorup – darie – bal – koobi – balkeut

- A koobi
- B moorup
- C darie

THEORIE EXAMENS TAEKWONDO: 1<sup>ste</sup>, 2<sup>de</sup> EN 3<sup>de</sup> DAN  
**TAEKWONDO BOND NEDERLAND © 1992 PvdH**

**PAGINA 85**

---

Vraag 19:

Welk rijtje is goed?

- I hana – tul – set – net – tasot – yuk – yosot
  - II gye-sog – gallyeo – tiro-tora – junbi – kiap
- 
- A I en II zijn beiden goed
  - B I is fout en II is goed
  - C I en II zijn beiden fout

Vraag 20:

Wat is een zijwaartse verdediging?

- A arae makki
- B eolgool makki

C yeop makki

Vraag 21:

Wat is een met de andere hand ondersteunde verdediging?

- A sonnal makki
- B eotgereeo makki
- C geodeuro makki

Vraag 22:

Wat is een taak van het Nationaal Dan College?

- A het organiseren van danexamens
- B het beheren van het Nationale Dangraden Register
- C het fungeren als examinerator op danexamens

Vraag 23:

Wat is de minimum leeftijd voor 1<sup>ste</sup> DAN?

- A 15 jaar
- B 16 jaar
- C 18 jaar

Vraag 24:

Wat is de minimum leeftijd voor 2<sup>e</sup> DAN?

- A 15 jaar
- B 16 jaar
- C 18 jaar

THEORIE EXAMENS TAEKWONDO: 1<sup>ste</sup>, 2<sup>de</sup> EN 3<sup>de</sup> DAN  
**TAEKWONDO BOND NEDERLAND © 1992 PvdH**

**PAGINA 86**

---

Vraag 25:

Dangraden kunnen behaald worden met behulp van wedstrijdenpunten. Hoeveel punten levert een eerste plaats op bij een Nederlands kampioenschap?

- A 50 punten
- B 25 punten
- C 10 punten

---

3<sup>e</sup> DAN

---

Vraag 26:

Wie kan iemand aanmelden als kandidaat voor een danexamen?

- A B-leraar
- B ieder bondslid met eerste DAN of hoger
- C ieder bondslid met vierde DAN of hoger

Vraag 27:

Welk antwoord is goed?

- I De Taekwondo Bond Nederland heeft meer dan 10.000 leden
- II "Son" betekent voet.
  
- A I is goed en II is fout
- B I en II zijn beiden fout
- C I en II zijn beiden goed

Vraag 28:

Wat is tiro-tora?

- A commando: draai!
- B commando: klaar staan!
- C breektesten

Vraag 29:

Wat is seweo chireugi?

- A verticale steek
- B omgekeerde steek
- C horizontale steek

Vraag 30:

Wat is een halve maan trap?

- A bandal chagi
- B dwit chagi
- C hooryeo chagi

Vraag 31:

Wat is een kniestoot waarbij de tegenstander wordt vastgepakt?

- A mooreup chagi
- B mooreup chigi
- C mooreup keokki

Vraag 32:

Wat is een opwaartse stoot?



- A jeochyo chireugi
- B bandae jireugi
- C dangyo jireugi

Vraag 33:

Wat is een kruisstand met kruising voor het standbeen?

- A ap koa seogi
- B dwit koobi seogi
- C ap seogi

Vraag 34:

Wat betekent 'kwon' in taekwondo?

- A trappen
- B vuist
- C manier/weg

Vraag 35:

Wat is doobaldangsan?

- A mesvoet (kleine teenzijde)
- B langzame houdingsverandering
- C in 1 sprong met beide voeten een trap maken

Theorie examen voor 2<sup>de</sup> en 3<sup>de</sup> DAN Taekwondo.  
Den Bosch 29 februari 1992.

Vraag 1:

Wat is 'jireugi'?

- A stoottechnieken
- B slagtechnieken
- C steektechnieken

Vraag 2:

Wat is 'mori'?

- A been
- B hoofd
- C gewricht

Vraag 3:

Wat is 'seweo'?

- A omgekeerd
- B horizontaal
- C verticaal

Vraag 4:

Wat is parallel stand?

- A dwit koobi seogi
- B moa seogi
- C naranhi seogi

Vraag 5:

Wat is open stand?

- A beom seogi
- B pyonhi seogi
- C koa seogi

Vraag 6:

Wat is een tamelijk langzame houdingsverandering waarbij beide boeten in moa seogi worden geplaatst?

- A momdollyeo
- B modeumbal
- C mikeurembal

THEORIE EXAMENS TAEKWONDO: 1<sup>ste</sup>, 2<sup>de</sup> EN 3<sup>de</sup> DAN  
TAEKWONDO BOND NEDERLAND © 1992 PvdH

PAGINA 89

---

Vraag 7:

Wat is een opwaartse stoot met jeochyo joomeok?

- A dangyo jireugi
- B do joomeok jeochyo jireugi
- C baro jireugi

Vraag 8:

Wat is een momtong bandae jireugi?

- A voorwaartse tegengestelde stoot midden
- B voorwaartse gelijkgerichte stoot midden
- C voorwaartse gelijkgerichte steek midden

Vraag 9:

Wat is een binnenwaartse slag naar de nek met een meshand?

- A han sonnal bakat chigi
- B han sonnal mok an chigi
- C han sonnal teok chigi

Vraag 10:

Wat is een ondersteunde voorwaartse slag?

- A ollyeo chigi
- B dangyo teok jireugi
- C geodeuro chigi

Vraag 11:

Wat is 'bakat palmok momtong yeop bakat makki'?

- A zijwaartse buitenwaartse verdediging van het onderlichaam met buitenkant onderarm
- B zijwaartse buitenwaartse verdediging van het middenlichaam met binnenkant onderarm
- C zijwaartse buitenwaartse verdediging van het middenlichaam met buitenkant onderarm

Vraag 12:

Waar mag een hoofdscheidsrechter een gam-jeon-hana voor geven?

- A aanvallen met het hoofd
- B aanvallen van de geslachtsdelen
- C aanvallen met de vuist van het hoofd

Vraag 13:

Wat mag een hoofdscheidsrechter geven voor het uiten van wangedrag?

- A gyeong-go hana
- B jul hana
- C gam-jeon hana

Vraag 14:

Wat hoort niet in het rijtje thuis?

Apcha olligi – pyjeok chagi – mooreup makki – dwit chagi

- A dwit chagi
- B mooreup makki
- C apcha olligi

Vraag 15:

Wat mag een deelnemer aan een wedstrijd WEL dragen tijdens een wedstrijd?

- A een andere kleur band, dan die welke bij zijn graduatie hoort
- B een bril
- C een school- en bondsembleem

Vraag 16:

Wanneer kan een deelnemer aan een wedstrijd gediskwalificeerd worden?

- A de orders van de scheidsrechter worden door de coach van de speler niet opgevolgd
- B opzettelijk aanvallen stopcommando hoofdscheidsrechter
- C wanneer de tegenstander KO gaat

Vraag 17:

Wat is winnaar?

- A chong
- B seung
- C he jeon

Vraag 18:

Wie kan iemand voordragen voor een bijzondere DAN-promotie?

- A bondslid dat een hogere graad heeft dan degene die wordt voorgedragen
- B ieder bondslid
- C bondslid vanaf de 4<sup>de</sup> DAN

THEORIE EXAMENS TAEKWONDO: 1<sup>ste</sup>, 2<sup>de</sup> EN 3<sup>de</sup> DAN  
TAEKWONDO BOND NEDERLAND © 1992 PvdH

PAGINA 91

---

Vraag 19:

Welke dangraad heeft de hoogst gegradueerde binnen de TBN op dit moment?

- A 6<sup>de</sup> DAN
- B 7<sup>de</sup> DAN
- C 8<sup>ste</sup> DAN

Vraag 20:

Hoe vaak mag een kampioenschap taekwondo plaatsvinden?

- A 1 maal per jaar
- B 2 maal per jaar
- C 3 maal in 2 jaar

Vraag 21:

Wat is een bevrijding van de onderar, door een snelle draaiing?

- A miteuro paegi
- B myeonge paegi
- C gyopson

Vraag 22:

Wat is 'doobaldangsan'?

- A in 1 sprong 2 trappen
- B wreef
- C trappen naar het kruis

Vraag 23:

Wat is een draaitrap?

- A naeryo chagi
- B nooleo chagi
- C biteuro chagi

Vraag 24:

Wat is een 'bandal chagi'?

- A zweep-trap
- B druk-trap
- C halve maan-trap

Vraag 25:

Wat is 'santeul makki'?

- A berg-blok
- B wig-blok
- C schaar-blok

---

3<sup>de</sup> DAN

---

Vraag 26:

Wat is 'sondeung'?

- A handrug
- B hoofd
- C hals

Vraag 27:

Wat is 'sonnal-deung'?

- A binnen meshand
- B open hand
- C handrug

Vraag 28:

Wat is de bal van de voet?

- A dwikumchi
- B dwichook
- C apchook

Vraag 29:

Wat is 'ageum-son'?

- A darie
- B mooreup
- C kaljaebi

Vraag 30:

Wat is 'batangson'?

- A tenen
- B speerhand
- C achterhandpalm

Vraag 31:

Wat hoort niet in het rijtje thuis?

Gallyeo – junbi – so-jak – hosinsul – tiro-tora

- A tiro-tora
- B hosinsul
- C gallyeo

Vraag 32:

Wat is 'naeryo chigi'?

- A neerwaartse slag
- B neerwaartse trap
- C neerwaartse blok

Vraag 33:

Bij welke techniek wordt geen gebruik gemaakt van de voet/been?

- A apcha olligi
- B jageun dolcheogi
- C cha mumchugi

Vraag 34:

Bij welke techniek wordt geen gebruik gemaakt van de hand/arm?

- A mooreup keokki
- B mooreup makki
- C bandae jireugi

Vraag 35:

Wat is een taekwondopak in het Koreaans?

- A dollyeo
- B dobok
- C dojang

#### ANTWOORDEN

Sittard 15 oktober 1988; 1<sup>ste</sup>, 2<sup>de</sup> en 3<sup>de</sup> DAN

**1B 2A 3B 4C 5A 6B 7C 8A 9C 10A 11A 12C 13B 14B 15A 16B 17A 18B 19A 20A  
21C 22B 23B 24B 25C 26A 27B 28B 29B 30B 31A 32C 33B 34A 35C**

Amersfoort 25 maart 1989; 1ste, 2de en 3de DAN

**1C 2C 3B 4C 5C 6A 7B 8B 9B 10B 11A 12A 13C 14B 15A 16B 17B 18A 19C 20C  
21C 22C 23A 24A 25B 26A 27B 28A 29A 30A 31B 32C 33A 34B 35C**

Den Bosch 17 juni 1989; 1<sup>ste</sup>, 2<sup>de</sup> en 3<sup>de</sup> DAN

**1C 2C 3B 4C 5C 6A 7B 8B 9B 10A 11A 12A 13C 14B 15A 16B 17B 18A 19C 20A  
21C 22C 23A 24A 25B 26A 27B 28A 29A 30A 31B 32C 33A 34B 35C**

Leiden 4 oktober 1989; 1<sup>ste</sup>, 2<sup>de</sup> en 3<sup>de</sup> DAN

**1A 2A 3B 4B 5C 6C 7A 8A 9A 10A 11B 12B 13C 14C 15C 16C 17C 18C 19A 20A  
21B 22B 23B 24A 25C 26A 27B 28C 29A 30A 31C 32A 33C 34A 35B**

Sittard, 10 maart 1990; 1<sup>ste</sup>, 2<sup>de</sup> en 3<sup>de</sup> DAN

**1A 2A 3B 4B 5C 6C 7A 8A 9A 10A 11B 12B 13C 14C 15C 16C 17C 18C 19A 20A  
21B 22B 23B 24A 25C 26A 27B 28C 29A 30A 31C 32A 33C 34A 35B**

Den Bosch 23 juni 1990; 1<sup>ste</sup> DAN

**1C 2C 3B 4C 5C 6A 7B 8B 9B 10B 11A 12A 13C 14B 15A**

Zoeterwoude, 30 september 1990; 1ste DAN

-  
**1A 2A 3B 4B 5C 6C 7A 8A 9A 10A 11B 12B 13C 14C 15C**

Almelo, 23 februari 1991; 1<sup>ste</sup> DAN

-  
**1<sup>a</sup> 2<sup>a</sup> 3B 4B 5C 6C 7<sup>a</sup> 8<sup>a</sup> 9<sup>a</sup> 10<sup>a</sup> 11B 12B 13C 14C 15C**

Den Bosch 22 juni 1991; 1ste DAN

-  
**1C 2C 3C 4A 5B 6B 7B 8C 9C 10A 11A 12B 13B 14B 15C**

THEORIE EXAMENS TAEKWONDO: 1<sup>ste</sup>, 2<sup>de</sup> EN 3<sup>de</sup> DAN  
**TAEKWONDO BOND NEDERLAND © 1992 PvdH**

**PAGINA 95**

---

Den Bosch 23 november 1991; 1<sup>ste</sup> DAN

-  
**1A 2A 3B 4B 5C 6C 7A 8A 9A 10A 11B 12B 13C 14C 15C**

Den Bosch 29 februari 1992; 1<sup>ste</sup> DAN

-  
**1C 2C 3C 4B 5A 6A 7A 8B 9B 10C 11A 12B 13A 14A 15C 16B 17B 18C 19A 20A  
21C 22C 23C 24A 25B 26B 27B 28C 29A 30A 31C 32A 33C 34A 35B**

Den Bosch 22 juni 1990; 2<sup>de</sup> en 3<sup>de</sup> DAN

-  
**1A 2A 3B 4B 5C 6C 7A 8A 9A 10A 11B 12B 13C 14C 15C 16C 17C 18C 19A 20A  
21B 22B 23B 24A 25C 26A 27B 28C 29A 30A 31C 32A 33C 34A 35B**

Zoeterwoude 30 september 1990; 2<sup>de</sup> en 3<sup>de</sup> DAN

-  
**1C 2C 3C 4A 5B 6B 7B 8C 9C 10A 11A 12B 13B 14B 15C 16A 17C 18B 19B 20C  
21A 22C 23B 24A 25B 26B 27B 28C 29B 30C 31A 32C 33C 34A 35B**

Almelo 23 februari 1991; 2de en 3de DAN

**1C 2C 3B 4C 5C 6A 7B 8B 9B 10B 11A 12A 13C 14B 15A 16B 17B 18A 19C 20C  
21C 22C 23A 24A 25B 26A 27B 28A 29A 30A 31B 32C 33A 34B 35C**

Den Bosch 23 juni 1991; 2de en 3de DAN

-  
**1A 2B 3C 4A 5B 6C 7C 8B 9A 10A 11B 12B 13B 14B 15C 16C 17A 18A 19B 20B  
21C 22B 23A 24B 25C 26C 27B 28A 29B 30C 31B 32A 33B 34A 35B**

Den Bosch 23 november 1991; 2de en 3de DAN

-  
**1C 2C 3B 4C 5C 6A 7B 8B 9B 10B 11A 12A 13C 14B 15A 16B 17B 18A 19C 20C  
21C 22C 23A 24A 25B 26A 27B 28A 29A 30A 31B 32C 33A 34B 35C**

-



Den Bosch 29 februari 1992: 2<sup>de</sup> en 3<sup>de</sup> DAN

1A 2B 3C 4C 5B 6B 7A 8A 9B 10C 11C 12A 13C 14A 15C 16A 17B 18B 19C 20A  
21A 22A 23C 24C 25B 26A 27A 28C 29C 30C 31B 32A 33B 34B 35B





