

IBF Hapkido Kids PO

Prüfungsordnung der IBF
Deutschland e.V. für die Hapkido
Altersklasse 6-11 Jahre.

Stand: 24.11.2021
B. Große Daldrup-Hemker

Prüfungsprogramm KUP-Prüfungen Hapkido Kids (6-11 Jahre) – Wartezeiten zur Prüfung 3 Monate (5 Mon. zum 2. und 1.Kup)

	Überprüfung	Nakbob	Grundschule	Hosinsul	Kyugi	Kyok-Pa	Theorie
9. Kup		Rolle vorwärts Sturz n. vorn	nach Ermessen des Prüfers	Sicher und stabil stehen			nach Ermessen des Prüfers
8. Kup	9. Kup	Rolle rückwärts Sturz n. hinten		Diagonal greifen: 3 Techniken	1:1 Zum Boden bringen		
7. Kup	8. Kup	Rolle vor- und rückwärts in Kombination		Parallel greifen: 3 Techniken	1:1 Zum Boden bringen		
6. Kup	7. Kup	Seitsturz links und rechts		Beidseitig greifen: 3 Techniken	1:1 Zum Boden bringen		
5. Kup	6. Kup	Rolle vorwärts in den Seitfall		Mit Schlag angreifen: 3 Techniken	1:1 Zum Boden bringen	Ap- Chagi,	
4. Kup	5. Kup	Flugrolle		Mit Tritt angreifen: 3 Techniken	1:1 verteidigen im Stand	Dollyo Chagi,	
3. Kup	4. Kup	Flugrolle über kl. Hindernis		Würgen: 3 Techniken	1:1 verteidigen im Stand und Boden	Yop Chagi,	
2. Kup	3. Kup	Flugrolle über hohes Hindernis		Umklammern: 3 Techniken	1:2 verteidigen	Twimyo Yop Chagi,	
1. Kup	2. Kup	Akrobatische Rolle		Am Boden angreifen: 3 Techniken	1:3 verteidigen	Twimyo Dollyo Chagi,	

Erklärungen und Erläuterungen zu Prüfungsteilen:**ÜBERPRÜFUNG**

Im Teil der Überprüfung, wird das erlernte aus der/die vergangene/n Prüfung/en auf Wahl des Prüfers gefordert.

NAKBOB

Fallschule nach Vorgabe der Technik entsprechend der Graduierung.

GRUNDSCHULE

Im Teil der Grundschule werden Grundtechniken des Hapkido wie Blöcke, Tritte, Schläge, Stöße gefordert. Hier kann folgender Ansatz für die Ausbildung angenommen werden:

- Zum 9. Kup Fauststoß = Joomak Tscherugi
- Zum 8. Kup Ap Chagi = Vorwärtstritt
- Zum 7. Kup Blocktechniken = Najunde Makki (tief), Palmok Makki (mitte) und Nopunde Makki (hoch)
- Zum 6. Kup Kombinationstechniken aus Block und Schlagtechnik
- Zum 6. Kup Kombinationstechniken aus Block, Schlag und Tritttechnik (Ap Chagi)
- Zum 5. Kup Halbkreistritt = Dolyo Chagi
- Zum 4. Kup Handkantenschlag = Sonkal Terigi
- Zum 3. Kup Bandballenschlag = Batangson Terigi
- Zum 2. Kup Seitwärtstritt = Yop Chagi
- Zum 1.Kup Kombinationen aus vorherigen Techniken

HOSINSUL

Grundsätzlich werden alle Techniken so beendet, dass der Verteidiger wieder in seiner (zum 9.Kup) erlernten Kampfstellung zurückkehrt. Angriffe werden immer ernsthaft durchgeführt! Techniken werden, wenn möglich beidseitig gezeigt.

- Zum 9. Kup **Sicher und stabil stehen**
 - 9.1 Übungen zur Stabilität (ziehen, drücken) Standbreite und Standlänge und Kampfhaltung
 - 9.2 Deutliche Sprache und klare Körperhaltung
 - 9.3 Lernen wie eine sichere Kampfstellung zu erfolgen hat (Basis) und welche Körperteile im Griff „FREI“ sind
- Zum 8. Kup **Diagonal greifen**
 - 8.1. Angreifenden Arm mit Blocktechnik (Palmok Makki) sprengen
 - 8.2. Ellbogen nach vorne bringen und Griff lösen
 - 8.3. Arm auf die Schulter bringen und Armstrecker ansetzen

- Zum 7. Kup **Parallel greifen**
7.1 Ruckartiger Armzug mit Körperdrehung weg zur Angriffsseite
7.2 Tiefblock (Najunde Makki) als Sprengblock auf den angreifenden Arm
7.3 Eindrehen zum Partner und Wurf (Vorbereiten)
- Zum 6. Kup **Beidseitig greifen**
6.1 Konter direkt Ap Chagi
6.2 Ruckartig Arm diagonal fassen und den verbleibenden Arm auf die Schulter legen (siehe 8.3)
6.3 Körperdrehung nutzen und Griff sprengen (Einsatz Körperdrehung und Unterarm)
- Zum 5. Kup **Mit Schlag angreifen**
5.1 Halbkreis mit Arm und Schlag ableiten. Konter Hand- oder Fußtechnik
5.2 Kontertechnik direkt Yop Chagi
5.3 Tief abducken und Beinzug
- Zum 4. Kup **Mit Tritt angreifen**
4.1 Ap Chagi seitlich Ausweichen und Tritt mit Arm nach oben schieben (Gegner zum Fallen nach hinten bringen)
4.2 Paldung Chagi seitlich unter dem Arm fangen und Beinschere ansetzen
4.3 Paldung Chagi seitlich unter dem Arm fangen und Zug des Gegners nach vorn in Richtung Boden
- Zum 3. Kup **Würgen von vorne**
3.1 Konter Fingerspieß
3.2 Konter Kniestöß und Stoß des Gegners nach vorn
3.3 Kontrolle auf einen der Unterarme des Gegners und Griff sprengen
- Zum 2. Kup **Umklammern von vorne**
2.1 Hände sind frei! Schlag mit dem Knöchel auf den Handrücken des Gegners
2.2 Hände sind frei! Abtauchen und Zug am Bein des Gegners
2.3 Hände sind nicht frei! Armstrecken, nach oben führen und Ellbogenschlag nach hinten
- Zum 1. Kup **Bodentechniken**
1.1 Mount Position einnehmen und Gegner kontrollieren
1.2 Side Mount Position einnehmen und Gegner kontrollieren
1.3 Back Mount Position einnehmen und Gegner kontrollieren

KYRUGI

Kampfübungen nach Vorgabe des Ablaufs entsprechend der Graduierung.

KYOK- PA

Bruchtest nach Vorgabe der Technik entsprechend der Graduierung. Start ab Prüfung zum 5.Kup
Maximale Brettstärke 15mm

THEORIE

Fragen zum Hapkido, zur Fahne, zum Trainingsraum und zur Kleidung.
Herkunft der Kampfkunst und deren Prinzipien
Terminologie der Tritte, Blöcke und Schläge
Bedeutung der Gürtelfarben
Wann darf ich mich verteidigen und in welchem Umfang?

Prüfungsablauf

Die Prüfung ist gemäß PO der IBF auf einer entsprechenden Prüfungsliste zu dokumentieren. Die Durchführung erfolgt durch einen off. IBF Hapkido- Prüfer und min. einem Beisitzer des Vereins/Schule.
Nach erfolgter Prüfung ist dem Prüfling eine IBF- Urkunde mit der neu erworbenen Graduierung zu übergeben. Vor Beginn der Prüfung, ist die entsprechende Wartezeit zu kontrollieren.