



- PO ITF-G 2018 -  
 Prüfungsordnung  
 INTERNATIONAL TAEKWON-FEDERATION  
 Germany

Bis 1. Dan (schwarzer Gürtel)

Internationales Graduierungssystem und Farbstufung		
Gürtel /Belt	Schülerstufen / Vorbereitung	
	10. Kup (weiß)	
	9. Kup (weiß/gelb)	3 – 4 Monate
	8. Kup (gelb)	3 – 6 Monate
	7. Kup (gelb/grün)	3 – 6 Monate
	6. Kup (grün)	5 – 6 Monate
	5. Kup (grün/blau)	5 – 6 Monate
	4. Kup (blau)	5 – 6 Monate
	3. Kup (blau/rot)	5 – 6 Monate
	2. Kup (rot)	6 - 9 Monate
	1. Kup (rot/schwarz)	6 – 9 Monate
Meisterstufe schwarzer Gürtel	Dangrad /Master-Degree	
	1. DAN – Boo-Sabum	12 Monate
	2. DAN – Boo-Sabum	18 Monate
	3. DAN – Boo-Sabum	24 Monate
	4. DAN – Sabum	3 Jahre
	5. DAN – Sabum	4 Jahre
	6. DAN – Sabum	5 Jahre
	7. DAN – Sayhun	6 Jahre
	8. DAN – Sayhun	7 Jahre
	9. DAN – Sasun	8 Jahre

- 1. bis 3. Dan Assistenztrainer
- 4. bis 6. Dan Lehrergrad
- 7. Dan Mastergrad
- 8. Dan Seniomaster
- 9. Dan Grandmaster



## Prüfungsordnung der ITF-Germany

### Weißer Gürtel mit Gelbstreifen (9. Kup)

(Vorbereitungszeit 6 bis 12 Wochen)

#### Elementare Grundtechniken

##### Grundschnle:

- |             |                       |
|-------------|-----------------------|
| Saju-Makgi  | - Vierseitenblock     |
| Saju-Jirugi | - Vierseitenfauststoß |

##### Blocktechniken:

- Hebeblock oben
- Seitenblock nach unten
- Mittlerer Block zur Seite (*äusserer Unterarm*)
- Mittlerer Block zur Seite (*innerer Unterarm*)
- Frontalblock (*von aussen zur Mitte*)

##### Fußtritte:

- Vorwärtsfußtritt
- Halbkreisfußtritt
- Seitfußstoß

##### Fausttechniken:

- Gleichseitiger Fauststoß
- Seitenverkehrter Fauststoß

##### Fragen und Antworten zum Thema:

- Gang- und L-Stellung
- Sorgfaltspflichten und Respekt im Unterricht
- Begrüßungsformel in der Gruppe und bei Partnerübungen
- Was ist Taekwon-Do



## Prüfungsordnung der ITF-Germany

### Gelber Gürtel (8. Kup)

(Vorbereitungszeit 3 bis 6 Monate)

- Überprüfung des vorangegangenen Prüfungsprogramms

#### Tul:

Chon-Ji

19 Bewegungen

#### Übungskampf:

Sambo-Matsoki

(4 – 5 Partnerübungen)

#### Grundschule:

Aus der Tul

#### Fußtechniken:

Ap-, Yop-, und Dollyo-Chagi

#### Bruchtest:

Dollyo-Chagi

#### Theorie:

Tul-Bedeutung

#### Ab gelb-weißer Gürtel (9. Kup):

Nur im vorgeschriebenen Dobok



## Prüfungsordnung der ITF-Germany

### Gelber Gürtel mit Grünstreifen (7. Kup)

(Vorbereitungszeit 3 bis 6 Monate)

- Überprüfung des vorangegangenen Prüfungsprogramms

#### Tul:

Dan-Gun

21 Bewegungen

#### Übungskampf:

Sambo-Matsoki

(8 – 10 Partnerübungen)

#### Grundschule und Stände:

Aus der Tul

#### Fußtechniken:

- Naeryo-Chagi

- Pandae-Chagi

#### Freikampf:

Leichtkontakt (1 Min.)

#### Bruchtest:

Fauststoß

#### Theorie:

- Tul-Bedeutung

- Koreanische Begriffe

#### Ab gelber Gürtel (8. Kup):

Ab Gelbgürtel sind vorgeschriebene Hand- und Fußschützer zu verwenden



## Prüfungsordnung der ITF-Germany

### Grüner Gürtel (6. Kup)

(Vorbereitungszeit 3 bis 6 Monate)

- Überprüfung des vorangegangenen Prüfungsprogramms

#### **Tul:**

To-San

24 Bewegungen

#### **Übungskampf:**

Ibo-Matsoki

(5 Partnerübungen)

#### **Grundschule und Stände:**

Aus der Tul

#### **Fußtechniken:**

- Ap-Goro-Chagi

- Tora-Yop-Chagi

#### **Selbstverteidigung:**

Einfache Befreiungstechniken

#### **Bruchtest:**

- Sonkal Yop Taerigi

- Yop-Chagi

#### **Kampf:**

Leichtkontakt (1 Min.)

#### **Theorie:**

- Tul-Bedeutung

- Koreanische Begriffe



## Prüfungsordnung der ITF-Germany

### Grüner Gürtel mit Blaustreifen (5. Kup)

(Vorbereitungszeit 3 bis 6 Monate)

- Überprüfung des vorangegangenen Prüfungsprogramms

#### **Tul:**

Won-Hyo

28 Bewegungen

#### **Übungskampf:**

Ibo-Matsoki

(8 - 10 Partnerübungen)

#### **Grundschule und Stände:**

Aus der Tul

#### **Fußtechniken:**

- Dyt-Chagi

- Nopi-Chagi

#### **Selbstverteidigung:**

Gegen Würgeangriff

#### **Bruchtest:**

- Sonkal-Dung-Taerigi

- Ap-Cha-Busigi

#### **Kampf:**

Leichtkontakt (1 Min.)

#### **Theorie:**

- Tul-Bedeutung

- Koreanische Begriffe

- Bedeutung der Gürtelfarben



## Prüfungsordnung der ITF-Germany

### Blauer Gürtel (4. Kup)

(Vorbereitungszeit 3 bis 6 Monate)

- Überprüfung des vorangegangenen Prüfungsprogramms

#### **Tul:**

Yul-Kok

38 Bewegungen

#### **Übungskampf:**

Ilbo-Matsoki

(10 Partnerübungen)

#### **Grundschule und Stände:**

Aus der Tul

#### **Fußtechniken:**

- Pandae Dollyo Chagi
- Twymio Yop-Chagi

#### **Selbstverteidigung:**

Gegen Boxerangriff

#### **Bruchtest:**

- Ap-Palkup-Taerigi
- Naeryo Chagi

#### **Kampf:**

- Leichtkontakt (2 X 1 Min.) - oder 2 Gegner
- alternativ zweimalige Wettkampfteilnahme

#### **Theorie:**

- Tul-Bedeutung
- Koreanische Begriffe
- Notwehrparagraph



## Prüfungsordnung der ITF-Germany

### Blauer Gürtel mit Rotstreifen (3. Kup)

(Vorbereitungszeit 4 bis 6 Monate)

- Überprüfung des vorangegangenen Prüfungsprogramms

#### **Tul:**

Chung-Gun

32 Bewegungen

#### **Übungskampf:**

Ilbo-Matsoki

(15 Partnerübungen)

#### **Grundschule und Stände:**

Aus der Tul

#### **Fußtechniken:**

- Twymio-Dollyo Chagi

- Twymio-Ab-Cha-Busigi

#### **Selbstverteidigung:**

- Gegen Kick-Box-Techniken

- Befreiungstechniken mit Konter

#### **Bruchtest:**

Twymio-Dollyo-Chagi

#### **Kampf:**

Leichtkontakt (2 X 1 Min.) - oder 2 Gegner

- alternativ zweimalige Wettkampfteilnahme

#### **Theorie und Voraussetzungen:**

- Tul-Bedeutung

- Koreanische Begriffe

- Lehrgangsbesuch empfohlen

- Unterschiede von Leichtkontakt, Punktstopp und Vollkontakt



## Prüfungsordnung der ITF-Germany

### Roter Gürtel (2. Kup)

(Vorbereitungszeit 6 Monate)

- Überprüfung des vorangegangenen Prüfungsprogramms

#### Tul:

Toy-Ge

37 Bewegungen

#### Übungskampf:

Ilbo-Matsoki

(20 Partnerübungen)

#### Bruchtest (Kombination):

- Dolly-Chagi

- Pandae-Dollyo-Chagi

#### Grundschule und Stände:

Aus der Tul

#### Fußtechniken (einzel):

- Dollyo Chagi

- Pandae-Dollyo-Chagi

#### Selbstverteidigung:

- Aus der Kampffaktion gegen einen Kick-Boxer

- Gegen verschiedene Umklammerungen

#### Kampf:

Leichtkontakt (2 X 1 Min.) - oder 2 Gegner

- alternativ zweimalige Wettkampfteilnahme

#### Theorie und Voraussetzungen:

- Tul-Bedeutung

- Koreanische Terminologie

- Bedeutung des DO

- Anatomische Kenntnisse

- Kampfrichterkenntnisse

- Kampf- oder Techniklehrgang

- Punktvergabe und Verwarnungen beim Wettkampf



## Prüfungsordnung der ITF-Germany

### Roter Gürtel mit Schwarzstreifen (1. Kup)

(Vorbereitungszeit 6 bis 9 Monate)

- Überprüfung des vorangegangenen Prüfungsprogramms

#### **Tul:**

Hwa-Rang 29 Bewegungen

#### **Übungskampf:**

Ilbo-Matsoki  
(25 Partnerübungen)

#### **Grundschule und Stände:**

Aus der Tul

#### **Fußtechniken (Schnelligkeit):**

Freie Wahl des Prüfers

#### **Selbstverteidigung:**

Gegen Stockangriff

#### **Bruchtest (Spezial):**

Twymio-Yop-Cha-Jirugi  
(über 4 Personen)

#### **Kampf:**

Freikampf Leichtkontakt (2 X 1 Min.) - oder 2 Gegner  
- alternativ zweimalige Wettkampfteilnahme

#### **Theorie und Voraussetzungen:**

- Tul-Bedeutung
- Koreanische Terminologie
- Lehrgangsbesuch (*nicht älter als 6 Monate*)
- Nationale Kampfrichterlizenzprüfung Klasse C
- Übungsleiterfunktion (*mindestens 15 Einheiten*)
- nationale Wettkampfbegleitungsregeln



## Prüfungsordnung der ITF-Germany

### Schwarzer Gürtel (1. Dan) / 1. Meistergrad (*Boo-Sabum*) (Vorbereitungszeit 12 Monate)

- Überprüfung des vorangegangenen Prüfungsprogramms

<b>Tul:</b>	
Chung-Moo	30 Bewegungen

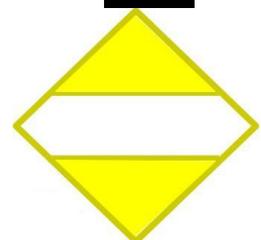
<b>Übungskampf:</b> Ilbo-Matsoki (30 Partnerübungen)	<b>Bruchtest (Kombination):</b> - Dolly-Chagi - Pandae-Dollyo-Chagi - Twymio-Nopi-Chagi
<b>Grundschule und Stände:</b> Komplett bis zum 1. Dan	

<b>Fußtechniken (Kombination) für Kampffaktionen:</b> Dollyo Chagi, Pandae-Dollyo-Chagi, Yop-Chagie, Naerio-Chagi
--

<b>Selbstverteidigung:</b> - Gegen unbewaffnete Angriffe ( <i>Schlag, Tritt, Hebel, Wurftechnik</i> ) - Gegen bewaffnete Angriffe nach Vorgaben der Prüfer
--

<b>Kampf:</b> Leichtkontakt (3 X 1 Min.) - oder 3 Gegner - alternativ dreimalige Wettkampfteilnahme
---

<b>Theorie und Voraussetzungen:</b> - Tul-Bedeutung - Koreanische Terminologie - Taekwon-Do als Kampfkunst - Erste-Hilfe Kenntnisse - Übungsleiterfunktion (20 Einheiten) - Kampfrichtereinsatz - Lehrgangsbesuch ( <i>nicht älter als 6 Monate</i> ) - internationale Wettkampfglements
--



## Prüfungsordnung der ITF-Germany

Ab dem 1. Dan dürfen die karoförmigen Rangabzeichen auf den Schultern des ITF-Dobok's (*rechts und links*) getragen werden.

### Mindestens 1 ½ Jahre Wartezeit und Erfüllungen

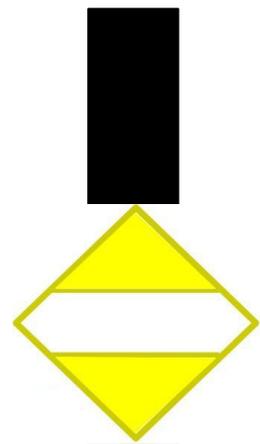
**2. Dan (2. Meistergrad)** Status und Rang: Boo-Sabum

**Tul:**

- Kwang-Gae
- Po-Eun
- Ge-Baek

Prüfungsergänzung:

\* Weitere Vorgaben des Prüfungskomitees beachten



### Mindestens 2 Jahre Wartezeit und Erfüllungen

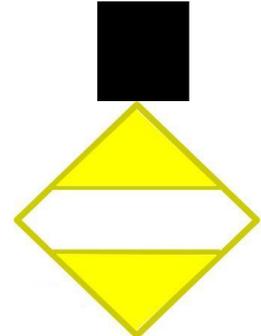
**3. Dan (3. Meistergrad)** Status und Rang: Boo-Sabum

**Tul:**

- Eu-Am
- Choong-Jang
- Juche

Prüfungsergänzung:

\* Weitere Vorgaben des Prüfungskomitees beachten



### Mindestens 3 Jahre Wartezeit und Erfüllungen

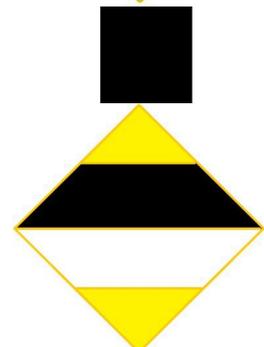
**4. Dan (4. Meistergrad)** Status und Rang: Sabum

**Tul:**

- Sam-II
- Yoo-Sin
- Choi-Yong

Prüfungsergänzung:

- Schriftliche Arbeit  
\* Weitere Vorgaben des Prüfungskomitees beachten



### Mindestens 4 Jahre Wartezeit und Erfüllungen

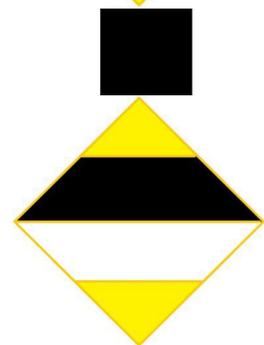
**5. Dan (5. Meistergrad)** Status und Rang: Sabum

**Tul:**

- Yon-Gae
- Ul-Ji
- Moon-Moo

Prüfungsergänzung:

\* Weitere Vorgaben des Prüfungskomitees beachten



### Mindestens 5 Jahre Wartezeit und Erfüllungen

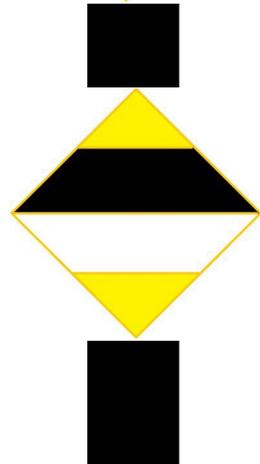
**6. Dan (6. Meistergrad)** Status und Rang: Sabum

**Tul:**

- So-San
- Se-Jong
- (- Tong-II)

Prüfungsergänzung:

\* Weitere Vorgaben des Prüfungskomitees beachten



## Mindestens 6 Jahre Wartezeit und Erfüllungen

### 7. Dan (7. Meistergrad)

Status und Rang: Sahyun

#### Tul:

Richtlinie der ITF:

- Tong-II

- internationale Urkunde:

- nationale Urkunde

#### Prüfungsergänzung:

\* Weitere Vorgaben des Prüfungskomitees beachten

EM und WM Veranstaltungen

Besondere Anlässe



## Mindestens 7 Jahre Wartezeit und Erfüllungen

### 8. Dan (8. Meistergrad)

Status und Rang: Sahyun

#### Verleihung:

Nur besondere Verdienste und auf Empfehlung:

- internationale Urkunde:

- nationale Urkunde

National und/oder international

EM und WM Veranstaltungen

Besondere Anlässe



## Mindestens 8 Jahre Wartezeit und Erfüllungen

### 9. Dan (9. Meistergrad)

Status und Rang: Sasung

#### Verleihung:

Nur besondere Verdienste und auf Empfehlung:

- internationale Urkunde:

- nationale Urkunde

National und/oder international

EM und WM Veranstaltungen

Besondere Anlässe



Die ITF-Germany e. V. bietet zwei Dan-Systeme an.

Unseren Mitgliedern empfehlen wir grundsätzlich die internationale Dan-Urkunde. Internationale Urkunden unterliegen der internationalen Gebührenordnung des ITF-Weltverbandes.

Alternativ bieten wir die nationale Dan-Urkunde an. Diese sind nur national anerkannt und unterliegen der deutschen Gebührenordnung.

Die Graduierungen zum 7. Dan, 8. Dan und 9. Dan unterstehen gesonderten Richtlinien. Bitte um Beachtung der jeweiligen unterschiedlichen Anforderungen.

Ab 4. Dan empfiehlt es sich die internationale Instructorlizenz (*Prüfberechtigung*) zu beantragen.

Probanden entnehmen aus den jeweiligen Gebührenordnungen national oder international die entsprechende Kostennote.