

OTÁZKY PRO III. A II. TRENÉRSKOU TŘÍDU

1. V postoji *guburyo sogi*:
 - a) jsou obě nohy propnuty
 - b) je pokrčeno jen jedno koleno, druhé pokrčeno není
 - c) je jedno koleno pokrčeno, druhé není popsáno
 - d) jsou obě kolena pokrčená

2. V postoji *gunnun sogi* je rozložení váhy těla:
 - a) 75% na přední noze, 25% na zadní noze
 - b) 30% na přední noze, 70% na zadní noze
 - c) 50% na přední noze, 50% na zadní noze
 - d) 25% na přední noze, 75% na zadní noze

3. Na jaké pásmo jsou vedeny techniky *ap joomuk jirugi* v technické sestavě Do-san?
 - a) dolní (*najunde*)
 - b) liší se podle místa v sestavě
 - c) horní (*nopunde*)
 - d) střední (*kaunde*)

4. Technika *ap joomuk giokja jirugi* v technické sestavě Joong-gun se provádí:
 - a) nejdřív rychle, pak pomalu
 - b) normálně - žádná změna rytmu
 - c) pomalu
 - d) rychle

5. Přípravný postoj na začátku (a konci) technické sestavy Dan-gun je:
 - a) *narani sogi*
 - b) *narani junbi sogi*
 - c) *moa junbi sogi A*
 - d) *charyot sogi*

6. Přípravný postoj útočníka v *sambo matsogi* je:
 - a) *gunnun so bakat palmok najunde makgi*
 - b) *narani junbi sogi*
 - c) libovolný
 - d) *niunja so palmok daebi makgi*

7. Technika *digutja makgi* slouží proti útoku:
 - a) vedeném pomocí kopu *ap chagi*
 - b) vedeném pomocí seku *yop taerigi*
 - c) vedeném shora dolů
 - d) vedeném pomocí tyče

8. Generál Choi Hong-hi začal systematicky vytvářet nové bojové techniky v roce:
 - a) 1966
 - b) 1954
 - c) 1955
 - d) 1946

9. Bodhidarma nebyl:

- a) indický mnich
- b) zakladatel kláštera Šaolin
- c) často považovaný v Číně za zakladatele bojových umění
- d) buddhistický patriarcha

10. Při technice *nopunde bituro chagi* stojí soupeř:

- a) za námi
- b) stojí na straně před námi otočený o 90 stupňů
- c) leží pod námi
- d) přímo před námi

11. Úderová plocha při kopu *yop chagi* je:

- a) *baldung*
- b) *balkal*
- c) *palkup*
- d) *bakat palmok*

12. *An palmok* je:

- a) bříško na chodidle
- b) malíková hrana nohy
- c) vnější strana předloktí ruky
- d) vnitřní strana předloktí ruky

13. *Jwaro* znamená:

- a) vlevo
- b) vpravo
- c) dozadu
- d) vpřed

14. Úderová plocha při kopu *bandae dollyo chagi* je:

- a) *dung joomuk*
- b) *dwitkumchi*
- c) *moorup*
- d) *dwichook*

15. Mistr (*sahyun*) je každý držitel:

- a) trenérské licence
- b) IV.Danu
- c) VII.Danu
- d) černého pásu

16. Na jaké pásmo jsou vedeny techniky *ap joomuk jirugi* v technické sestavě Toi-gye?

- a) dolní (*najunde*)
- b) horní (*nopunde*)
- c) liší se podle místa v sestavě
- d) střední (*kaunde*)

17. V technice *sewo jirugi*:

- a) směřuje každá pěst na jiné pásmo
- b) směřují pěsti od sebe
- c) je pěst v horizontální poloze
- d) je pěst ve vertikální poloze

18. *Twigi* znamená:

- a) koleno
- b) výskok, kterým se vyhýbáme útoku
- c) loket
- d) otočení v technice na místě

19. Zakladatel taekwon-do se narodil:

- a) v 2. polovině 20. století
- b) za zakladatele taekwon-do nelze považovat jednoho člověka
- c) v 19. století
- d) v 1. polovině 20. století

20. Proč nosíme *dobok*?

- a) abychom se odlišili od jiných bojových umění
- b) protože kimono je dražší
- c) abychom byli ve tmě dobrým cílem
- d) protože musíme

21. Jak se jmenuje legendární zakladatel Koreje?

- a) Chon-ji
- b) Dan-gun
- c) Do-san
- d) Mao Ce-tung

22. *Yaksok matsogi* je:

- a) volný souboj
- b) sportovní boj
- c) řízený souboj
- d) polovolný souboj

23. Šířka postoje *niunja sogi* je:

- a) cca 2,5 cm
- b) šířka postoje není nijak určena
- c) 0 cm
- d) 15 - 20 cm

24. Student může opustit *dojang*:

- a) když chce
- b) pouze se svolením *sonbe*
- c) pouze se svolením instruktora
- d) pouze po ukončení hodiny

25. Po sobě jdoucí techniky *moa so orun an palmok yobap makgi* a *moa so wen an palmok yobap makgi* v technické sestavě Hwa-rang se provádějí:

- a) jako spojené
- b) v normálním rytmu
- c) jako pokračující
- d) v rychlém rytmu

26. Který z postojů má rozložení váhy 40 (přední) : 60 (zadní):

- a) *gojung sogi*
- b) *nachuo sogi*
- c) *soojik sogi*
- d) *dwitbal sogi*

27. Které království se rozkládalo na severu Korejského poloostrova?

- a) Baek Je
- b) Kaya
- c) Silla
- d) Koguryo

28. Ve kterých letech probíhala Korejská válka?

- a) 1950 - 1953
- b) 1972
- c) 1944 - 1945
- d) 1909 - 1945

29. Zakladatelem buddhismu je:

- a) Lao C
- b) Sidharta Gautáma
- c) Jan Křtitel
- d) Bodhisatva

30. *Palmok* je:

- a) předloktí ruky
- b) malíková hrana ruky
- c) břicho
- d) malíková hrana nohy

31. Techniky kategorie *yop* směřují:

- a) do linie A
- b) za linii C
- c) do linie C
- d) do linie B nebo C

32. Termín *yonsok chagi* znamená:

- a) provedení více kopů stejnou nohou v řadě za sebou
- b) nácvik sebeobrany (páčení)
- c) kop na ležícího soupeře
- d) boční kop

33. Při které technice směřuje pěst směrem nahoru:

- a) *ollyo jirugi*
- b) *giokja jirugi*
- c) *kaunde jirugi*
- d) *najunde jirugi*

34. Při technice *kaunde bituro chagi* stojí soupeř:

- a) stojí na straně před námi otočený o 90 stupňů
- b) za námi
- c) vedle nás
- d) leží pod námi

35. Co dělá druhá ruka při provádění techniky *dung joomuk yopdwi taerigi* v technické sestavě Choong-moo?

- a) zůstává ve stejné pozici jako v technice předcházející
- b) provádí pohyb, který není samostatnou technikou, nebo provádí jiný protipohyb než pěstí k boku
- c) provádí samostatnou techniku
- d) provádí protipohyb pěstí k boku

36. *Chang hun* není:

- a) styl taekwon-do založený na 24 vzorech
- b) korejský neokonfucianista
- c) korejský vlastenec
- d) korejský generál

37. Na jaké pásmo jsou vedeny techniky *sonkal daebi makgi* v technické sestavě Joong-gun?

- a) horní (*nopunde*)
- b) dolní (*najunde*)
- c) liší se podle místa v sestavě
- d) střední (*kaunde*)

38. Který druh souboje předchází volnému souboji?

- a) *sambo matsogi*
- b) *ban jayu matsogi*
- c) *ilbo matsogi*
- d) *ibo matsogi*

39. Na jaké pásmo jsou vedeny techniky *kyocha sonkal momchau makgi* v technické sestavě Choong-moo?

- a) střední (*kaunde*)
- b) liší se podle místa v sestavě
- c) horní (*nopunde*)
- d) dolní (*najunde*)

40. V jakém postoji se provádějí techniky *sang sonkal makgi* v technické sestavě Yul-gok?

- a) *dwitbal sogi*
- b) *annun sogi*
- c) *niunja sogi*
- d) *gunnun sogi*

41. *Wen bal* znamená:

- a) levá noha
- b) pravá noha
- c) zadní noha
- d) přední noha

42. Loket označujeme korejsky jako:

- a) *palkup*
- b) *bal*
- c) *taerigi*
- d) *moorup*

43. „Volný souboj“ je korejsky:

- a) *sambo matsogi*
- b) *hosin sool*
- c) *jayu matsogi*
- d) *ban jayu matsogi*

44. V jakém postoji se provádějí techniky *kyocha sonkal momchau makgi* v technické sestavě Choong-moo?

- a) *annun sogi*
- b) *niunja sogi*
- c) *gunnun sogi*
- d) *dwitbal sogi*

45. Blok, který směřuje za linii C, je korejsky:

- a) *ollyo makgi*
- b) *yobap makgi*
- c) *ap makgi*
- d) *yop makgi*

46. Která z těchto federací vznikla nejdříve?

- a) ITF
- b) WTF
- c) ICTF
- d) GTF

47. V jakém postoji se provádějí techniky *sun sonkut tulgi* v technické sestavě Hwa-rang?

- a) *annun sogi*
- b) *niunja sogi*
- c) *nachuo sogi*
- d) *gunnun sogi*

48. Velmistr (*saseong*) je:

- a) každý držitel IX.Danu
- b) pouze prezident ITF
- c) každý držitel VIII.Danu
- d) pouze zakladatel taekwon-do

49. Technika *bandae dollyo chagi* je:

- a) obrácený boční kop
- b) obloukový kop ve výskoku
- c) obrácený obloukový kop
- d) obloukový kop v otočce

50. Na jaké pásmo jsou vedeny techniky *doo palmok makgi* v technické sestavě Joong-gun?

- a) dolní (*najunde*)
- b) střední (*kaunde*)
- c) horní (*nopunde*)
- d) liší se podle místa v sestavě

51. Technika *annun so bakat palmok san makgi* v technické sestavě Toi-gye se provádí:

- a) s normálním krokem (*omgyo didimyo*)
- b) s dupnutím (*goorumyo*)
- c) s výskokem nebo přískokem (*twimyo*)
- d) se sklouznutím (*mikulmyo*)

52. V jakém postoji se provádějí techniky *ap palkup taerigi* v technické sestavě Yul-gok?

- a) *moa sogi*
- b) *gunnun sogi*
- c) *soojik sogi*
- d) *niunja sogi*

53. Který druh souboje nelze provést, pokud je mezi cvičenci značný výškový rozdíl?

- a) *ban jayu matsogi*
- b) *ilbo matsogi*
- c) *jayu matsogi*
- d) *sambo matsogi*

54. Přípravný postoj na začátku (a konci) technické sestavy Hwa-rang je:
- a) *narani junbi sogi*
 - b) *moa junbi sogi B*
 - c) *moa junbi sogi C*
 - d) *moa junbi sogi A*
55. V jakém postoji se provádějí techniky *sonkal daebi makgi* v technické sestavě Do-san?
- a) *gunnun sogi*
 - b) *dwitbal sogi*
 - c) *annun sogi*
 - d) *niunja sogi*
56. V jakém postoji se provádějí techniky *dwijibun sonkut tulgi* v technické sestavě Choong-moo?
- a) *gunnun sogi*
 - b) *annun sogi*
 - c) *niunja sogi*
 - d) *nachuo sogi*
57. V technice *ollyo jirugi*:
- a) směřuje pěst směrem dolů
 - b) směřuje pěst do strany
 - c) směřuje pěst dopředu
 - d) směřuje pěst směrem nahoru
58. Při technikách *ap* jsou ramena v postavení:
- a) *yopmom*
 - b) libovolně
 - c) *bahnmom*
 - d) *ohnmom*
59. V jakém postoji se provádějí techniky *sonkal daebi makgi* v technické sestavě Joong-gun?
- a) *niunja sogi*
 - b) *dwitbal sogi*
 - c) *annun sogi*
 - d) *gunnun sogi*
60. Instruktor (*sabum*) je každý držitel:
- a) II.Danu
 - b) černého pásku
 - c) IV.Danu, pouze pokud má certifikát mezinárodního instruktora
 - d) IV.Danu

OTÁZKY PRO II. TRENÉRSKOU TŘÍDU

61. Kolik technik *daebi makgi* je v technické sestavě Po-eun?
- a) 2
 - b) 6
 - c) 0
 - d) 4
62. Na jaké pásmo jsou vedeny techniky *sonbadak ollyo makgi* v technické sestavě Kwang-gae?
- a) horní (*nopunde*)
 - b) liší se podle místa v sestavě
 - c) střední (*kaunde*)
 - d) spodní (*najunde*)

63. Na jaké pásmo jsou vedeny techniky *bituro chagi* v technické sestavě Ge-baek?

- a) liší se podle místa v sestavě
- b) horní (*nopunde*)
- c) střední (*kaunde*)
- d) spodní (*najunde*)

64. V jakém postoji se provádějí techniky *dwit palkup tulgi* v technické sestavě Po-eun?

- a) *gunnun sogi*
- b) *moa sogi*
- c) *annun sogi*
- d) *niunja sogi*

65. Co dělá druhá ruka při provádění techniky *sonkal ap makgi* v technické sestavě Kwang-gae?

- a) provádí samostatnou techniku
- b) provádí pohyb, který není samostatnou technikou, nebo provádí jiný protipohyb než pěstí k boku
- c) provádí protipohyb pěstí k boku
- d) zůstává ve stejné pozici jako v technice předcházející

66. Při použití úderové plochy *joongji joomuk* tiskne palec:

- a) ukazováček
- b) malíček
- c) prsteníček
- d) prostředníček

67. Na jaké pásmo jsou vedeny techniky *sonkal dung ap taerigi* v technické sestavě Ge-baek?

- a) střední (*kaunde*)
- b) spodní (*najunde*)
- c) liší se podle místa v sestavě
- d) horní (*nopunde*)

68. Technika *niunja so sonkal najunde daebi makgi* v technické sestavě Kwang-gae se provádí:

- a) se sklouznutím (*mikulmyo*)
- b) s výskokem nebo přískokem (*twimyo*)
- c) s normálním krokem (*omgyo didimyo*)
- d) s posunutím (*jajunbal*)

69. Na jaké pásmo jsou vedeny techniky *joongji joomuk jirugi* v technické sestavě Ge-baek?

- a) střední (*kaunde*)
- b) liší se podle místa v sestavě
- c) spodní (*najunde*)
- d) horní (*nopunde*)

70. Na jaké pásmo jsou vedeny techniky *sonkal ap makgi* v technické sestavě Kwang-gae?

- a) horní (*nopunde*)
- b) střední (*kaunde*)
- c) liší se podle místa v sestavě
- d) spodní (*najunde*)