

Kim & Liù

Divisione	Età	Gruppi	Poomsae <i>maschile e femminile</i>	Freestyle <i>maschile e femminile</i>
Beginners	6-7	A. bianca/gialla	Dal 1° al 2° Taeguk	Creatività
		B. verde/blu	Dal 3° al 6° Taeguk	Creatività
		C. rossa/poom	Dal 7° al 8° Taeguk + Koryo	Creatività
Children	8-9	A. bianca/gialla	Dal 1° al 2° Taeguk	Creatività
		B. verde/blu	Dal 3° al 6° Taeguk	Creatività
		C. rossa/poom	Dal 7° al 8° Taeguk + Koryo	Creatività
Kids	10-11	A. bianca/gialla	Dal 1° al 2° Taeguk	Creatività
		B. verde/blu	Dal 3° al 6° Taeguk	Creatività
		C. rossa/poom	Dal 7° al 8° Taeguk + Koryo	Creatività

L'atleta dovrà scegliere una forma tra quelle proposte per la propria categoria d'età e cintura

Creatività: Freestyle propedeutico

Durata: 40" - 50"

Modalità

Ogni partecipante deve svolgere, in maniera libera e a scelta, le seguenti azioni:

- a.** *Ruota con o senza mani terra*
- b.** *Calcio laterale da fermo*
- c.** *Dumbling (capovolta)*
- d.** *Calcio circolare da fermo*
- e.** *Spinning (360' in poi)*
- f.** *Circolare all'indietro in volo*
- g.** *Beomsogi*
- h.** *Hakdarisogi*
- i.** *Dwitqubi*