

Exameneisen Hapkido

- P1 theorie
- P2 valbreken
- P3 cirkeltechnieken
- P4 zelfverdediging
 - 1- eigen partner
 - 2- willekeurige tegenstander
- P5 zelfverdediging wapens
 - 1-eigen partner
 - 2- willekeurige tegenstander
- P6 sparren
- P7 breekttest

Opmerking: P3 en P4 punt 2 is niet van toepassing bij de jeugd maar wel bij de volwassenen.

Toelichting exameneisen

P1 theorie	Zie eisen theorie website
-------------------	---------------------------

P2 valbreken	voorwaarts	achterwaarts	zijwaarts	verterol	hoogterol
wit-geel	1	1			
geel	1	1			
geel-groen	1	1			
groen	1	1			
groen-blauw	1	1			
blauw	1	1			
blauw-rood	1	1	1		
rood	1	1	1		
rood-zwart	1	1	1	1	1
zwart	1	1	!	1	1

P3 cirkeltechnieken	
wit-geel	0
geel	0
geel-groen	1
groen	2
groen-blauw	3
blauw	4
blauw-rood	5
rood	6
rood-zwart	7
zwart	8

P4 zelfverdediging	stoten	trappen	duwen	vastpakken
wit-geel	1	1	1	5
geel	2	2	2	10
geel-groen	2	2	2	12
groen	2	2	2	12
groen-blauw	3	3	3	14
blauw	3	3	3	14
blauw-rood	4	4	4	16
rood	4	4	4	16
rood-zwart	6	6	6	18
zwart	6	6	6	18

P5 zelfverdediging wapens	stok	mes	revolver
wit-geel			
geel			
geel-groen	2		
groen	4		
groen-blauw	6	2	
blauw	8	4	
blauw-rood	10	6	
rood	12	8	
rood-zwart	12	10	2
zwart	12	12	4

P6 sparren	1 minuut
-------------------	----------

P7 breektesten	stoten	trappen	Opmerking
wit-geel		1x	Eigen keuze
geel			
geel-groen		1x	Eigen keuze
groen			
groen-blauw	1x	1x	Eigen keuze
blauw			
blauw-rood	1x	1x	Traptechniek keuze examencommissie
rood			
rood-zwart	1x	2x	Waarvan 1 voettechniek keuze examencommissie
zwart			