



Taekwondo
Landesverband Bremen

Auswahlbogen der Prüfungsfächer

DAN-Vorbereitungslehrgang 27.04.2025

Vorname:

Nachname:

Angestrebte Graduierung: ____ . DAN

Pflichtprogramm

- Technik
- Technik Teil 2
- Zweikampf
- Bruchtest

Wahlpflichtprogramm

Technik

- 1-Schritt-Kampf
- 2-Schritt-Kampf
- 3-Schritt-Kampf
- Poomsae Applikation
- 2 zusätzliche Formen aus dem Vorprogramm nach eigener Wahl

Zweikampf

- 1-Schritt-Kampf
- Situations-Sparring
- Pratzen-Sparring
- Sparring mit Aufgabenstellung

Selbstverteidigung

- Freie Abwehr
- Eigenes Programm

Bruchtest

- Techniken nach Wahl

Die Auswahl der Prüfungsfächer muss mit der aktuellen Prüfungsordnung der Deutschen Taekwondo Union e.V. und der angestrebten DAN-Graduierung übereinstimmen.

Stephan Müggenburg
LPR-TLVB