



Zwarte band examen Tang Soo Do

Op zaterdag 18 april vond het landelijke zwarte band examen van de Wereld Tang Soo Do Associatie plaats te Wateringen, vlakbij Den Haag. Het examen had een internationaal karakter door deelname van 1 kandidaat uit Zweden, die speciaal hiervoor was overgevlogen vanuit Stockholm. Er waren daarnaast 23 kandidaten van verschillende scholen uit Nederland waaronder de instructeur van dojang Koguryo uit Blerick. De verdeling van de kandidaten was 11 personen die opgingen voor de zwarte band, 7 personen voor de 2^e Dan zwarte band en 6 voor de 3^e Dan.

De uitnodiging om aan dit examen deel te nemen werd aan de instructeur van Koguryo gegeven nadat hij op zaterdag 14 februari de pre-test met goed gevolg had afgelegd. Deze pre-test duurde 6 uur, waarbij de kandidaten diverse onderdelen voor hun kiezen kregen. Naast een stuk theorie (100 vragen over Tang Soo Do) en conditie test elementen, werden basis en combinatie hand- en voettechnieken doorgenomen. Hierbij kwamen zowel verdedigingstechnieken als aanvalstechnieken aan bod. Daarna was het de beurt aan de loopvormen (denkbeeldig gevecht met een tegenstander). Het gaat hier om een vastgesteld te lopen met het daarbij het correct uitvoeren van hand en/of voettechnieken. Eerst werden de loopvormen zonder wapen doorgenomen om vervolgens loopvormen met stok, mes of zwaard uit te voeren. Het laatste onderdeel bestond uit het met een tegenstander uitvoeren van de voorgeschreven 30 verschillende handtechnieken, voettechnieken en zelfverdedigingstechnieken. Dit zowel in de linker als rechter uitvoering. Totaal dus 180 maal reageren op een aanval van een tegenstander.

Een examen commissie bestaande uit Masters (4^e en 5^e Danners) bekeek de kandidaten tijdens de gehele test en houdt daarbij rekening met leeftijd, geslacht, gewicht, aandacht en toewijding. Er wordt speciaal gelet op de fysieke bekwaamheid en geestelijke discipline.

Natuurlijk kan je niet onvoorbereid aan een pre-test meedoen. Na het behalen van de 2^e Dan heeft de instructeur van Koguryo ruim 4 jaar 2 maal per week getraind, meegedaan aan speciale zwarte band trainingen, zowel nationaal als internationaal, en deelgenomen aan meerdere Europese Black Belt Clinics als voorbereiding op deze test.

Tijdens het examen van zaterdag 18 april, welke dit keer ruim 4 uren duurde, werden delen van bovenstaande elementen uit de pre-test herhaald, maar kwamen ook andere onderdelen aan de orde. Het sparren tegen 1 en 2 tegenstanders en het geblinddoekt sparren tegen 3 tegenstanders, 5 kilometer hard lopen en het laatste onderdeel van het examen de breektest. Hierbij moesten houten planken, met behulp van een hand of voettechniek doormidden worden geslagen of getrapt. Voor de 3^e Dan kandidaten was het aantonen van kracht en techniek het breken van 3 planken tegen elkaar met een zijwaartse trap.

De examencommissie bestaande uit 7 Nederlandse 4^e/5^e Danners en 1 Zweedse 4^e Dan bekeek aandachtig de verrichtingen van alle kandidaten. De resultaten worden nu opgezonden naar het hoofdkwartier van de World Tang Soo Do Association (WTSDA) in Burlington, North Carolina, U.S.A. en door de WTSDA examencommissie beoordeeld. De verwachting is dat de resultaten vanuit de U.S.A. voor eind mei binnen zijn, zodat de uitreiking van de diploma's 2^e en 3^e Dan en de uitreiking voor de nieuwe zwarte banders plaats kan vinden tijdens het NK Tang Soo Do te Harlingen op zaterdag 6 juni.



Foto breektest instructeur Koguryo
Ingedraaide hieltrap



Foto examenkandidaten
Onderste rij kandidaten voor 1^e Dan, middelste rij voor 2^e Dan en bovenste rij voor 3^e Dan.