



Vijfde Tang Soo Do Gup examen in Blerick

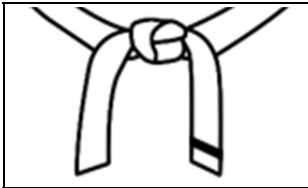




Regelmatig en constant oefenen is de sleutels tot succes om nieuwe doelen te halen bij de Tang Soo Do trainingen, waarbij de vooruitgang wordt getoetst tijdens een examen. Je wordt hiervoor uitgenodigd door de instructeur indien je alle disciplines van de volgende band goed beheerst. En op zaterdag 13 mei was het weer zover. Het vijfde Gup (gekleurde banders) examen bij dojang Koguryo in Blerick, waarbij er 17 leden waren voorgedragen. Het examen vond plaats in de vertrouwde gymzaal van het MFC Op Expeditie.

Een examen bestaat uit een vast aantal onderdelen. Allereerst een aantal theorie vragen, daarna de warming-up. Vervolgens basis handtechnieken, basis voettechnieken en combinaties van hand- en voettechnieken. Om verder te gaan met loopvormen, een stap sparring en sparren. Hierbij kijkt een jury of de deelnemers voldoen aan de eisen die gesteld zijn behorende bij het niveau van de gekleurde band. Hoe hoger de Gup graad hoe meer een kandidaat moet weten en kunnen! Ieder behaald examen is een nieuwe mijlpaal in de Tang Soo Do carrière en een stap dichterbij de zwarte band.

Voor meerdere kandidaten was dit de eerste keer dat zij aan een examen deelnamen. De anderen hadden al een of meerdere keren meegedaan aan een examen. Toch waren er vele kandidaten die nerveus waren. Gedurende het examen deed iedereen zijn of haar uiterste best bij de diverse onderdelen. En aan het einde van het examen kreeg bijna iedereen van de jury te horen dat ze geslaagd waren. Helaas was er 1 kandidaat die niet aanwezig kon zijn en 1 andere kandidaat bij die over het gehele examen genomen onder de maat presteerde en daardoor niet kon delen in de feestvreugde!

Tijdens een examen let de examencommissie ook op of er kandidaten zijn die in positieve zin extra opvallen of een enorme sprong voorwaarts hebben gemaakt t.o.v. het vorige examen. Bij dit examen was het Levai Olders die extra indruk maakte en als waardering een "AWARD MOST IMPROVED" in ontvangst mocht nemen.

Resultaat voor dit examen bij dojang Koguryo:

	9 ^e Gup	Senna Boonhof Mara Janssen Brenn Schrömbges Daan de Bont Jolanda van den Berg
	8 ^e Gup	Daniël Bovee
	7 ^e Gup	Daniel Cox Sonya Bak
	6 ^e Gup	Eefje Buskens Dave Buskens Aaron Ruiz Mischa Wallenburg
	5 ^e Gup	Jesney Olders Levai Olders Ryan Sawang-Arom



De deelnemers aan het examen!