

## Examens Meng-Ho Taekwon-do en Hapkido 07-07-2023 te Dronten

Op vrijdagavond 07-07-2023 werden er ITF Taekwon-do examens en GHA-Hapkido-examens afgenomen van Meng-Ho/Gym Inn Dronten.



### ITF-Taekwon-do

Er waren 15 jeugdleden die opgingen voor de 1<sup>ste</sup> gele slip, 2<sup>de</sup> gele slip of de gele band met groene slip. De meegekomen ouders, oma's en opa's, broertjes en zusjes, vrienden en vriendinnen gaven alle examen kandidaten een geweldige steun!

### Warming-up



Links Paul Schraven en rechts Monique Evink

De warming-up werd uitgevoerd door Boosabum Paul Schraven en Boosabum Monique Evink. Nadat iedereen goed was opgewarmd werd gestart met het onderdeel Tuls (het trainen van basis technieken volgens een vastgesteld patroon).

### Tuls

Om de jongste deelnemers een klein beetje te ondersteunen liep Boosabum Monique Evink, Twan Meijer (hieronder foto links), Sophia Zandvliet (hieronder foto midden) en Isa de Ruiter (hieronder foto rechts) mee met de Tuls.



Begonnen werd met de Saju Jirugi ("Vier richtingen stoot") en Saj Makgi ("Vier richtingen blok"). De deelnemers die deze twee Saju's moesten kennen konden hierna naar de kant. Uiteindelijk bleven de twee gele banders over te weten Sophia Maassen en Boaz Meijer. Zij moesten met zijn tweeën in de grote sporthal met heel veel ogen op hun gericht de overige Tuls lopen. Dit was best spannend!



### Sparren, Zelfverdediging en breektesten.

Hierna kwamen de onderdelen Sparren, Zelfverdediging en Breektesten aan de beurt. Met veel inzet en passie werden deze onderdelen door iedereen uitgevoerd.



### Uitslag

De examen commissie bestaande uit Sahyun Peter van Dooren en Sabum Aaltjan Evink konden niets anders concluderen dat iedereen geslaagd was!

### Iedereen gefeliciteerd.



Geslaagd voor 1<sup>ste</sup> gele slijp: Eva Kuipers, Jesse van't Erve, Yinthe Hillebrand en Rivano Kok.

Geslaagd voor 2<sup>de</sup> gele slijp: Kai Goenheiden, Josephina Maassen, Darryl van Thienen, Hidde van Kuik, Collin Snelderwaard, Matthijs Kous en Zoë Dix.

Geslaagd voor gele band met groene slijp: Boaz Meijer en Sophia Maassen.

Iedereen die geholpen heeft met dit examen bedankt. Marcel Kous bedankt voor het maken van de foto's.

## Een "Geheim examen"

Op 07-07-2023 konden Finn Moerland en Sebastiaan Kous niet aanwezig zijn op het examen. Om deze reden werd hun examen verschoven naar 14-07-2023. Wat Sebastiaan en Finn niet wisten is dat het examen op 30-06-2023 tijdens de reguliere training werd afgenomen (inclusief de breektesten). Om Finn en Sebastiaan toch in het zonnetje te zetten kregen zij hun 2<sup>de</sup> gele slijp diploma uitgereikt tijdens onze Seizoen afsluiting.

Finn en Sebastiaan gefeliciteerd met jullie 2<sup>de</sup> gele slijp!

