**8th Gup Training**

**Gi Cho:**

 1. Ha Dan Soo Do Mahk Kee

 2. Chung Gul Ssang Soo Ahneso Pahkero Mahk Kee

 3. Hu Gul Ssang Soo Ahneso Pahkero Mahk Kee

**Foot:**

 1. Dwi Cha Gi

**Hyung:**

 1. Gi Cho Hyung Sam Bon

 2. Pyung Ahn Cho Dan

**Il Soo Sik:**

 1. O Bon

 2. Yuk Bon

**Ho Shin Sul:**

 1. Same Side Il Bon

 2. Same Side E Bon

**Combinations:**

1. Ahp Cha Nut Gi, Ha Dan Mahk Kee, Tuel Oh Sang Dan Kong Kyuk

**Sparring:**

1. Orange Belt - Il Bon

2. Orange Belt - E Bon

**Moo Pahl Dan Khum:**

1. Sam Bon

2. Sa Bon