

# EXAMES DE TAEKWONDO SONGAHM EM PORTUGAL

## TABELA DE ROTURAS - MASCULINO

	Cintos Roxo e Azul	Cintos Castanho e Vermelho	Cintos Vermelho/Preto e Preto	Cintos pretos (Mid-Term)
< 6 anos	BRANCA	AMARELA		
7 - 8 anos	AMARELA	LARANJA	LARANJA	LARANJA
9 - 10 anos	AMARELA	LARANJA	VERDE	VERDE
11 - 13 anos	LARANJA	VERDE	AZUL	AZUL
14 - 16 anos	VERDE	AZUL	1 tábua madeira (2 cm)	CASTANHA
> 17 anos	AZUL	CASTANHA	2 tábuas madeira (2 cm)	PRETA

## TABELA DE ROTURAS - FEMININO

	Cintos Roxo e Azul	Cintos Castanho e Vermelho	Cintos Vermelho/Preto e Preto	Cintos pretos Mid-Term
< 6 anos	BRANCA	AMARELA		
7 - 8 anos	AMARELA	LARANJA	LARANJA	LARANJA
9 - 10 anos	AMARELA	LARANJA	VERDE	VERDE
11 - 13 anos	LARANJA	VERDE	1 tábua madeira (1 cm)	AZUL
> 14 anos	VERDE	AZUL	1 tábua madeira (2 cm)	CASTANHA

TÁBUAS	MEDIDA	Nº TÁBUAS
BRANCA	7,5 x 30 cm	1
AMARELA	12,5 x 30 cm	1
LARANJA	17,5 x 30 cm	1
VERDE	30 x 30 cm	1
AZUL	30 x 30 cm	1,25
CASTANHA	30 x 30 cm	1,75
PRETA	30 x 30 cm	2,25