

ASSOCIAÇÃO BUMOOSOOL
FUNDADO EM 1994

Estas são as 8 disciplinas da I.H.F para o currículo de Hankido.

1. *Ho Shin Do Bup* (defesa pessoal)
2. *Moo Ye Do Bup* (técnicas circulares e realizadas de forma lenta)
3. *Su Jok Do Bob* (técnicas de ataque)
4. *Kyuk Ki Do Bob* (técnicas de combate)
5. *Ki Hap Do Bob* (técnicas para o desenvolvimento da energia interna)
6. *Byung Sool Do Bob* (manejo de armas tradicionais coreanas)
7. *Su Chim Do Bob* (aprendizagem dos pontos de pressão)
8. *Hwan Sang Do Bob* (técnicas e exercícios respiratórios)

As doze técnicas de defesa pessoal básicas nas quais o currículo de Hankido é construção, são chamadas:

1. *Kwan Jul Ki Bub* - 관절기법
2. *Chi Ki Bub* - 치기법
3. *Sib Ja Ki Bub* - 십자기법 / 十자기법
4. *Nae Wae Ki Bub* - 내외기법 / 内外기법
5. *Kyeo Rang Ki Bub* - 겨랑기법
6. *Mok Kama Bub* - 목감아법
7. *Mok Keokki Bub* - 목꺾기법
8. *Oh Kae Too Bub* - 어깨투법
9. *Joong Pal Too Bub* - 중팔투법
10. *Hwae Jeon Too Bub* - 회전투법
11. *Pal Mok Ki Bub* - 팔목기법
12. *Pal Bae Ki Bub* - 팔배기법