

80. Taekwondo

Podczas treningu za pomocą tej planszy pacjent ma za zadanie być jak najbliżej przeciwnika (rytm promowany), ostaniać się przed nim blokadą z rąk - im wyższa tym lepiej (rytm hamowany). Przeciwnik nie powinien się chwiać i robić uników (drugi rytm hamowany (Beta2)).

Uwaga!!! Przy bardzo dobrych wynikach rytmu promowanego (powyżej 70%) następuje zadanie ciosu przeciwnikowi.

Planszy tej towarzyszą dźwięki. Losowo pojawiają się odgłosy przeszkadzające - okrzyki kibiców.

Wynik dobry



- przeciwnik jest blisko
- ręce zawodnika są wysoko
- przeciwnik nie robi uników

Wynik zły



- przeciwnik jest daleko
- ręce zawodnika opuszczone
- przeciwnik robi uniki