

Bleu 1 Barrette

Tchagui

Foulyeu tchagui

Coup de pied de pied de profil fouetté (intérieur/extérieur), frappe avec le talon ou le dessous du pied (balpadak ou duitkoumtchi)

Nakka tchagui

Coup de pied de profil crocheté (intérieur/extérieur), frappe avec le talon (duitcoumtchi)



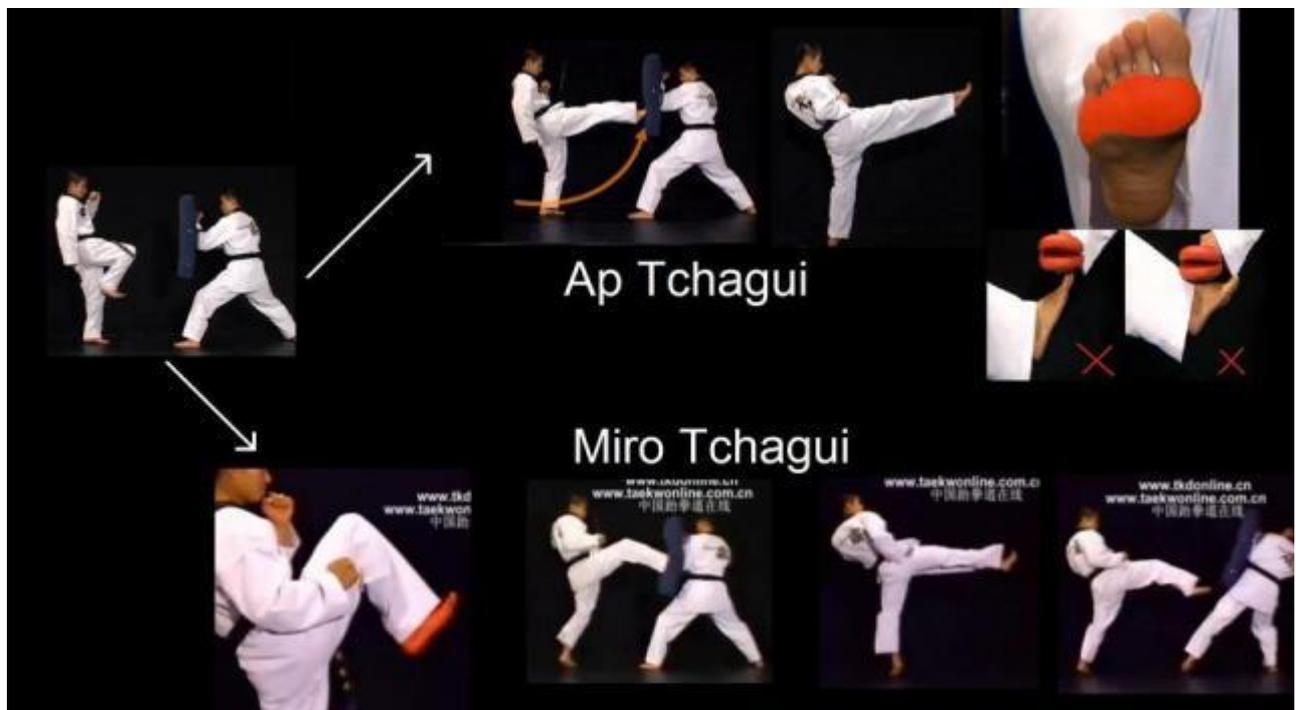
Biteureu tchagui

Coup de pied ascendant en torsion de l'intérieur vers l'extérieur, frappe avec le bol du pied (dessous des métatarsiens)

Mireu tchagui

Coup de pied frontal en poussant avec le dessous du pied (balpadak)

Le coup de pied est différent d'un Ap Tchagui où l'on pique avec le bol du pied, là on pousse avec la semelle !



Tchigui

Deung jumok ap tchigui

Coup de poing en revers de face

Deung jumok bakkat tchigui

Revers de poing vers l'extérieur (c'est avec sonnal bakkat tchigui la seule frappe avec un armement extérieur. en effet les armements intérieurs permettent d'utiliser le mouvement pour se dégager d'une saisie dans la plupart des cas. Cependant dans ce cas l'armement intérieur causerait une perte de force.

Ap :



Bakkat :



Me joumok nelyeu tchigui

Frappe du poing en marteau, descendante



Palkoup yop tchigui

Frappe du coude de profil



Palkoup momtong dolyeu tchigui

Frappe circulaire du coude, vers l'intérieur, niveau moyen



Palkoup eulyeu tchiqui

Frappe du coude ascendante



Palkoup nelyeu tchiqui

Frappe du coude descendante



Palkoup momtong piojok tchiqui

Frappe du plat du coude contre l'autre main ouverte au niveau moyen. J'attrape la tête et je la ramène sur mon coude à hauteur de mes épaules (là il y a du bruit dans la main ! puisque la tête percute le coude)



Mong et tchiqui

Coups de coudes simultanés des deux côtés, niveau haut



Maki

Palmok veut dire avant-bras... donc il n'est pas toujours nécessaire pour annoncer la technique, c'est juste une précision.

Montong bakkat maki ou **Bakkat palmok montong maki** :

Blocage vers l'extérieur, avec le tranchant externe de l'avant-bras (coté cubitus et jambe avant)



An montong bakkat maki ou **An Bakkat palmok montong maki** :

Blocage jambe arrière vers l'extérieur, avec le tranchant externe de l'avant-bras (coté cubitus)
nb : aussi possible en Montong Bakakt an Maki ou Bakkat Palmok Montong an Maki

Idem jambe arrière

Bakkat palmok montong yop maki

Blocage de profil, avec le tranchant externe de l'avant-bras



ATTENTION : si An (intérieur) est suivi de Palmok (avant-bras) il s'agit de l'intérieur de l'avant-bras. Alors que si la technique est annoncé comme An ... Maki An (intérieur) s'applique Maki (protection) il faut donc protéger à l'intérieur du corps (jambe arrière). En français l'intérieur de l'avant bas et l'intérieur du corps semble bien différent, en coréen on retrouve cette différence avec AN PALMOK et AN MAKI

An palmok montong bakkat maki

Blocage avec le tranchant interne de l'avant-bras niveau corps



An palmok montong bakkat An maki

Blocage jambe arrière, avec le tranchant interne de l'avant-bras

Idem jambe arrière

An palmok montong bakkat yop maki

Blocage de profil, avec le tranchant interne de l'avant-bras



Segui

Dwitt Koa Seuqui

Jambes croisées, pied avant ouvert à 30° (intérieur), talon du pied arrière levé, tibia sur le mollet de la jambe avant (tronc de profil) dans un déplacement vers l'avant

Dans un déplacement vers l'avant (la jambe arrière se place derrière la jambe avant puis la jambe avant avance)



Ap Koa Seuqui

Jambes croisées, genoux fléchis, pied avant ouvert à 30° (extérieur) talon du pied arrière levé, tibia en appui sur le mollet de la jambe avant, dans un déplacement latéral (tronc de profil) dans un déplacement latéral le pied arrière passe devant le pied avant. Le pied d'appui se décale alors vers le côté pour avancer.





Sophie présente
TAE GEUK OH JANG
Il symbolise le Vent



01 Ki Bon Joun Bi
Joun Bi Sogul



02 Are Maki
Owen Ap
Goubi Sogul



03 Mejoumok Nerio
Tchigul
Owen Sogul



04 Are Maki
Oren Ap
Goubi Sogul



05 Mejoumok Nerio
Tchigul
Oren Sogul



06 Mom Tong Maki
Owen Ap Goubi Sogul



07 Mom Tong
Ann Maki
Owen Ap
Goubi Sogul



08 Ap Tchagul



09 Oren Deung
Joumok Ap Tchigul



10 Mom Tong
Ann Maki
Oren Ap
Goubi Sogul



11 Ap Tchagul



12 Owen Deung
Joumok Ap Tchigul



13 Mom Tong
Ann Maki
Oren Ap
Goubi Sogul



14 Oren Deung
Joumok Ap Tchigul



15 Hann Sonnal Mom
Tong Bakat Maki
Owen dult Goubi Sogul



16 Palkoup Mom
Tong Dollo Tchigul
Oren Ap Goubi Sogul



17 Hann Sonnal Mom
Tong Bakat Maki
Owen Dult Goubi Sogul



18 Palkoup Mom Tong
Dollo Tchigul
Owen Ap Goubi Sogul



19 Are Maki
Owen Ap
Goubi Sogul



20 (de face)



21 Mom Tong
Ann Maki
Owen Ap
Goubi Sogul



22 (de face)



23 Ap Tchagul



24 (de face)



25 Are Maki
Oren Ap
Goubi Sogul



26 (de face)



27 Mom Tong
Ann Maki
Oren Ap
Goubi Sogul



28 (de face)



29 Eul Goul Maki
Owen Ap
Goubi Sogul



30 Yop Tchagul
avec Are Maki



31 Owen palkoup Mom Tong
pyo Yok Tchigul
Oren Ap Goubi Sogul



32 Eul Goul Maki
Oren Ap Goubi Sogul



33 Yop Tchagul
avec Are Maki



34 Oren Palkoup Mom Tong
Pyo Yok Tchigul
Owen Ap Goubi Sogul



35 Are Maki
Owen Ap
Goubi Sogul



36 (de face)



37 Mom Tong
Ann Maki
Owen Ap
Goubi Sogul



38 (de face)



39 Ap Tchagul



40 (de face)



41 Knap



42 (de face)



43 Ki Bon Joun Bi
Joun Bi Sogul



Design Renaud Garcia