

# Rouge 1 Barrette

## tchagui

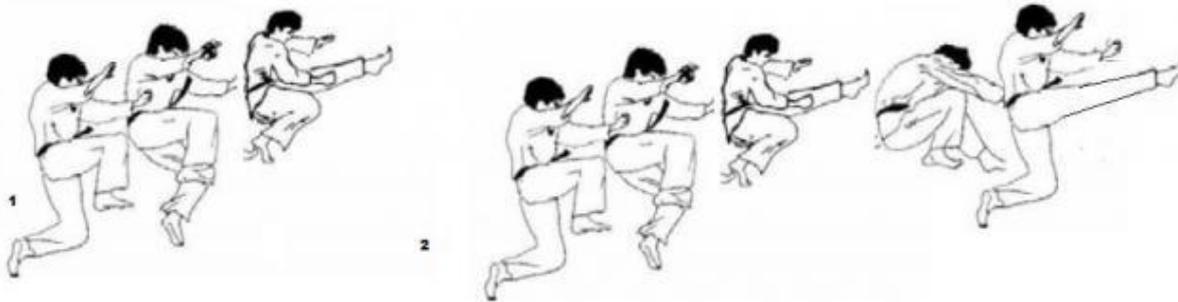


### Tuio Ap tchagui

Un Ap Tchagui sauté (poomsé 8 sur le retour : ap tchagui maintenu, et avant de poser le genou un tuio Ap Tchagui à ne pas confondre avec Dou Bal dang sang ap tchagui dans le poomsé 8 à l'aller)

### Dou bal dang sang ap tchagui

Deux Coups de pieds de face enchaînés (sans poser entre les deux), frappe avec le bol du pied (dessous des métatarsiens)  
Poomsé 8 à l'aller.



### Keudeup tchagui

Coup de pied identique, exécuté plusieurs fois sans poser





tchigui

**Batangson teuk tchigui**

Frappe directe de la base de la paume, niveau haut



## A guï son cal jae bi

Attaque directe avec la palme de la main



## Keum kang ap jileugui

Réalisation simultanée de "eulgoul maki " et "momtong jileugui "

## Keum kang yop jileugui

Réalisation simultanée de "eulgoul maki " et "momtong yop jileugui "



# Maki

## Keudeuro montong bakkat maki

Blocage avec le tranchant externe de l'avant-bras (côté cubitus), l'autre bras ramené en protection au plexus (paume vers le haut)

## Keudeuro ale maki

Blocage avec le tranchant externe de l'avant-bras (côté cubitus) niveau bas, l'autre bras ramené en protection au plexus (paume vers le haut)

## Keudeuro Eulgoul Maki

Blocage Eulgoul Maki avec renfort du poing au plexus



## Owé santeul maki

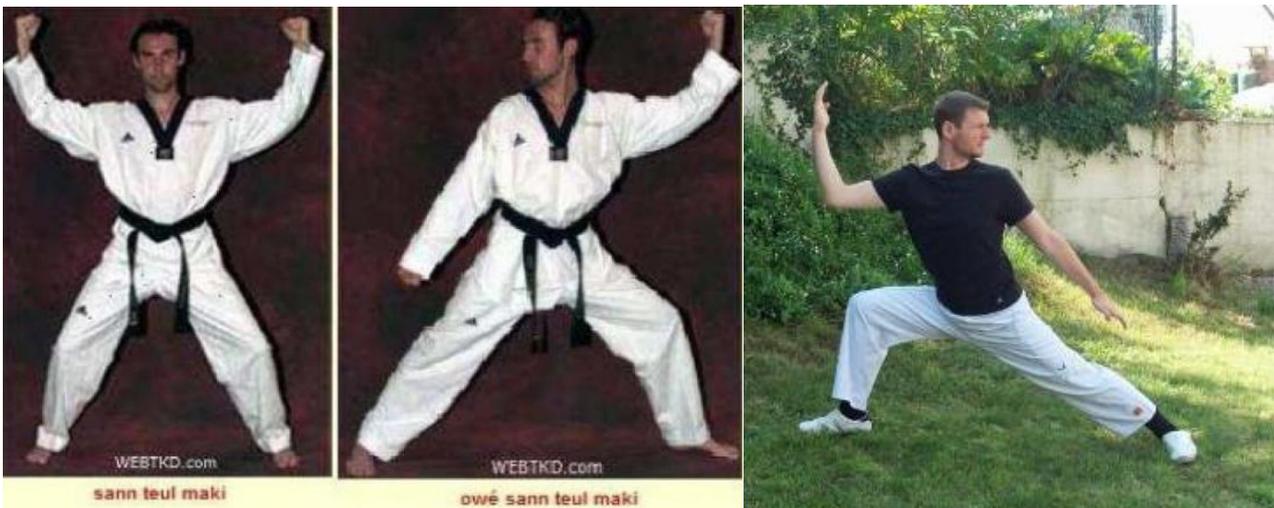
Double blocage simultanés de profil, vers l'extérieur, avec le tranchant des avants bras niveau haut (côté radius) et niveau bas (côté cubitus)

## Hetcheu santeul maki ou santeul maki

Double blocage simultanés, niveau haut avec le tranchant externe des avants bras (côté radius), vers l'extérieur

## Sonnal owé santeul maki

Double blocage simultanés de profil main ouverte, vers l'extérieur, avec le tranchant des avants bras niveau haut (côté radius) et niveau bas (côté cubitus)



### Keumgan maki

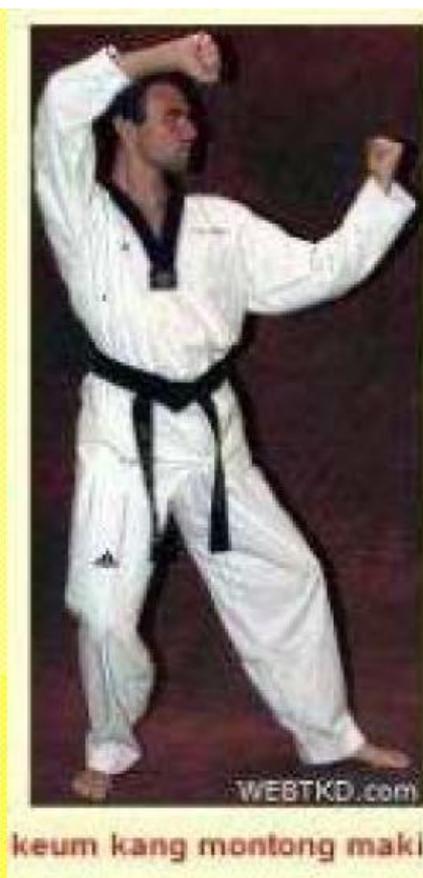
Blocage double simultanés de profil, ale maki & eulgoul maki

### Keumkan montong maki

Blocages double simultanés, eulgoul maki & an palmok montong yop maki

### Sonnal keumgan maki

Blocages double simultanés en ale maki & eulgoul maki, mains ouvertes



# Moureup (Genou)

## Moureup eulyeu tchigui

Coup de genou remontant



## Moureup dolyeu tchigui

Coup de genou circulaire



## Moureup kôki

La palme de la main attrape une jambe de bas en haut, et frappe l'autre palme. La technique s'applique en reculant du côté de l'attaque afin de laisser passer le ap tchagui, la main qui attrape la jambe monte le pied rapidement tandis que la palme de la main (a gui son cal jaebi) frappe juste au-dessus du genou afin de créer une blessure articulaire et/ou Ligamentaire.





Salomée présente  
**TAE GEUK PAL JANG**  
Il symbolise la Terre,  
source de vie.

... C'est aussi la dernière étape avant la préparation au passage de la Ceinture Noire

## 8ème Poomsé

 01 Ki Boun Joun Bi	 02 Godro Mom Tong Bakat Maki	 03 Mom Tong Baro Jileugui	 04 Dou Bal Dang Sang	 05 Mom Tong Maki ōwen ap goubi sogui	 06 Mom Tong Baro Jileugui	 07 Mom Tong Ban Dae Jileugui	 08 Mom Tong Ban Dae Jileugui ōren ap goubi sogui
 09 Owe Sann Teul Maki ōren ap goubi sogui	 10 Dang Kio Teuk Jileugui	 11 Dang Kio Teuk Jileugui ōwen ap goubi sogui	 12 Ap Koa Sogui	 13 Owe Sann Teul Maki ōwen ap goubi sogui	 14 Dang Kio Teuk Jileugui	 15 Dang Kio Teuk Jileugui ōren ap goubi sogui	
 16 Sonnal Mom Tong Maki ōwen duit goubi sogui	 17 Mom Tong Baro Jileugui ōwen ap goubi sogui	 18 Ap Tchagul	 19 Batang Sann Mom Tong Maki ōren bom sogui	 20 Sonnal Mom Tong Maki ōwen bom sogui	 21 Ap Bal Tchagul	 22 Mom Tong Baro Jileugui ōwen ap goubi sogui	 23 Batang Sann Mom Tong Maki ōwen bom sogui
 24 Sonnal Mom Tong Maki ōren bom sogui	 25 Ap Bal Tchagul	 26 Mom Tong Baro Jileugui ōren ap goubi sogui	 27 Batang Sann Mom Tong Maki ōren bom sogui	 28 Godro Aré Maki ōwen duit goubi sogui	 29 de face	 30 Dou Bal Dang Sang	 31 de face
 32 Mom Tong Maki ōren ap goubi sogui	 33 de face	 34 Mom Tong Baro Jileugui ōren ap goubi sogui	 35 de face	 36 Mom Tong Ban Dae Jileugui ōren ap goubi sogui	 37 de face	 38 Hann Sonnal Mom Tong Bakat Maki ōwen duit goubi sogui	 39 Pal Koup Dolo Jileugui ōren ap goubi sogui
 40 Deung Jounmok Ap Tchigui	 41 Mom Tong Ban Dae Jileugui	 42 Hann Sonnal Mom Tong Bakat Maki ōwen duit goubi sogui	 43 Pal Koup Dolo Tchigui	 44 Deung Jounmok Ap Tchigui	 45 Mom Tong Ban Dae Jileugui	 46 Ki Bon Joun Bi joun bi sogui	