



Techniken Einschrittkampf - ilbo taeryon

Vorbereitung zum 9. Kup (weiß-gelb)

- 1a) in Kampfstellung nach hinten zurück
- 1b) vorderes Bein Ap-chaggi zum Körper

- 2a) in Kampfstellung schräg zur Seite raus
- 2b) hinteres Bein Ap-chaggi zum Körper

Kombinationen Kickbein (vorderes, hinteres) und Ausweichen (hinten, Seite)

Vorbereitung zum 8. Kup (gelb)

- 3a) in Kampfstellung nach hinten zurück oder schräg zur Seite raus
- 3b) vorderes Bein Ap-chaggi zum Körper
- 3c) hinteres Bein Ap-chaggi zum Körper

- 4a) in Kampfstellung schräg zur Seite raus
- 4b) Paltung-chaggi hinteres Bein zum Körper
- 4c) vorn Absetzen in Ap-sogi mit momtong-jireugi

Vorbereitung zum 7. Kup (grün-gelb)

- 5a) nach links in juchum-sogi mit momton-an-makki gegen Arm
- 5b) momtong-dubon-jireugi

Vorprogramm zum Kopf

Vorbereitung zum 6. Kup (grün)

- 6a) nach hinten in Ap-gubi-sogi mit momton-an-makki gegen Arm
- 6b) Yop-chaggi zum Körper
- 6c) vorn Absetzen in Ap-gubi-sogi mit momtong-jireugi

- 7a) in Kampfstellung nach hinten
- 7b) linkes, vorderes Bein sebu-bakkat-chaggi gegen Faust
- 7c) rechtes, hinteres Bein sebu-an-chaggi gegen Kopf, hinten absetzen

Vorprogramm zum Kopf, Nr. 3 mit tymien-ap-chaggi



Vorbereitung zum 5. Kup (blau-grün)

- 8a) nach hinten Dwit-gubi-sogi und han-sonnal-makki
- 8b) vorderes Bein Ap-chaggi zum Körper
- 8c) vorn Absetzen in Ap-gubi-sogi mit momtong-jireugi

- 9a) nach hinten Dwit-gubi-sogi und han-sonnal-makki
- 9b) vorderes Bein Ap-chaggi zum Körper und hinteres Bein Ap-chaggi zum Kopf

- 10a) in Kampfstellung nach hinten
- 10b) linkes, vorderes Bein sebu-bakkat-chaggi gegen Faust
- 10c) rechtes, hinteres Bein sebu-an-chaggi gegen Kopf ◊ durchschwingen
- 10d) rechtes, hinteres Bein tymien-dollyo-sebu-an-chaggi gegen Kopf, hinten absetzen

- 11a) nach links in juchum-sogi mit momton-an-makki gegen Arm
- 11b) momtong-dubon-jireugi
- 11c) nullo-makki links, Schritt vor den Partner in moa-sogi
- 11d) linkes Bein ap-chaggi Richtung Solar plexus
- 11e) rechtes Bein tymien-ap-chaggi Richtung Kopf, hinten absetzen