

HANBON-KYORUGIE

Vom Grüngurt bis zum Schwarzgurt



TAE KWON DO
ATTNANG-PUCHHEIM

1. Kombination



ANGRIFF <ul style="list-style-type: none">• AP-KUPI• MOMTONG-BANDAE-JIRUGI (rechts)	ANGRIFF <ul style="list-style-type: none">• AP-KUPI• MOMTONG-BANDAE-JIRUGI (links)
ABWEHR <ul style="list-style-type: none">• Seitlich 45° nach rechts vorne ausweichen in JUCHUM-SOGI<ul style="list-style-type: none">○ gleichzeitig○ HAN-SONNAL-MOMTONG-BAKKAT-MAKKI (links)○ MOMTONG-BANDAE-JIRUGI (rechts)• DUNG-JUMOK-APE-CHIGI (rechts)• AP-BAL-DOLLY-CHAGI (rechts)	ABWEHR <ul style="list-style-type: none">• Seitlich 45° nach links vorne ausweichen in JUCHUM-SOGI<ul style="list-style-type: none">○ gleichzeitig○ HAN-SONNAL-MOMTONG-BAKKAT-MAKKI (rechts)○ MOMTONG-BANDAE-JIRUGI (links)• DUNG-JUMOK-APE-CHIGI (links)• AP-BAL-DOLLY-CHAGI (links)

2. Kombination



ANGRIFF <ul style="list-style-type: none">• AP-KUPI• MOMTONG-BANDAE-JIRUGI (rechts)	ANGRIFF <ul style="list-style-type: none">• AP-KUPI• MOMTONG-BANDAE-JIRUGI (links)
ABWEHR <ul style="list-style-type: none">• Seitlich 45° nach rechts vorne ausweichen in JUCHUM-SOGI<ul style="list-style-type: none">○ gleichzeitig○ HAN-SONNAL-MOMTONG-BAKKAT-MAKKI (links)○ SONNAL-AN-CHIGI (rechts)• Zurück gleiten in MOA-SOGI<ul style="list-style-type: none">○ gleichzeitig○ SONNAL-BAKKAT-CHIGI (rechts)• AP-BAL-YOP-CHAGI (rechts)	ABWEHR <ul style="list-style-type: none">• Seitlich 45° nach links vorne ausweichen in JUCHUM-SOGI<ul style="list-style-type: none">○ gleichzeitig○ HAN-SONNAL-MOMTONG-BAKKAT-MAKKI (links)○ SONNAL-AN-CHIGI (rechts)• Zurück gleiten in MOA-SOGI<ul style="list-style-type: none">○ gleichzeitig○ SONNAL-BAKKAT-CHIGI (links)• AP-BAL-YOP-CHAGI (links)

3. Kombination



ANGRIFF <ul style="list-style-type: none">• AP-KUPI• MOMTONG-BANDAE-JIRUGI (rechts)	ANGRIFF <ul style="list-style-type: none">• AP-KUPI• MOMTONG-BANDAE-JIRUGI (links)
ABWEHR <ul style="list-style-type: none">• Seitlich 45° nach rechts vorne ausweichen in JUCHUM-SOGI<ul style="list-style-type: none">○ gleichzeitig○ HAN-SONNAL-MOMTONG-BAKKAT-MAKKI (links)○ MOMTONG-BANDAE-JIRUGI (rechts)• AP-KUPI<ul style="list-style-type: none">○ gleichzeitig○ PALGUP-APE-CHIGI (links)• PALGUP-DOLLY-CHIGI (rechts)• TWIO-DWIT-CHAGI (links)	ABWEHR <ul style="list-style-type: none">• Seitlich 45° nach links vorne ausweichen in JUCHUM-SOGI<ul style="list-style-type: none">○ gleichzeitig○ HAN-SONNAL-MOMTONG-BAKKAT-MAKKI (rechts)○ MOMTONG-BANDAE-JIRUGI (links)• AP-KUPI<ul style="list-style-type: none">○ gleichzeitig○ PALGUP-APE-CHIGI (rechts)• PALGUP-DOLLY-CHIGI (links)• TWIO-DWIT-CHAGI (rechts)

4. Kombination



ANGRIFF <ul style="list-style-type: none">• AP-KUPI• MOMTONG-BANDAE-JIRUGI (rechts)	ANGRIFF <ul style="list-style-type: none">• AP-KUPI• MOMTONG-BANDAE-JIRUGI (links)
ABWEHR <ul style="list-style-type: none">• rückwärts steigen in JUCHUM-SOGI (links)<ul style="list-style-type: none">◦ gleichzeitig◦ MOMTONG-AN-MAKKI (rechts)• Zum Gegner gleiten PALGUP-YOP-CHIGI (rechts)• DUNG-JUMOK-APE-CHIGI (rechts)• AP-BAL-DOLLY-CHAGI (rechts)	ABWEHR <ul style="list-style-type: none">• rückwärts steigen in JUCHUM-SOGI (rechts)<ul style="list-style-type: none">◦ gleichzeitig◦ MOMTONG-AN-MAKKI (links)• Zum Gegner gleiten PALGUP-YOP-CHIGI (links)• DUNG-JUMOK-APE-CHIGI (links)• AP-BAL-DOLLY-CHAGI (links)

5. Kombination



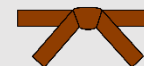
ANGRIFF <ul style="list-style-type: none">• AP-KUPI• MOMTONG-BANDAE-JIRUGI (rechts)	ANGRIFF <ul style="list-style-type: none">• AP-KUPI• MOMTONG-BANDAE-JIRUGI (links)
ABWEHR <ul style="list-style-type: none">• rückwärts steigen in DYT-KUBI (links)<ul style="list-style-type: none">◦ gleichzeitig◦ MOMTONG-AN-MAKKI (rechts)• Wechsel in AP-KUPI<ul style="list-style-type: none">◦ gleichzeitig◦ MOMTONG-BARO-JIRUGI (links)◦ OLGUL-BANDAE-JIRUGI (rechts)• TWIO-AP-CHAGI (rechts)	ABWEHR <ul style="list-style-type: none">• rückwärts steigen in DYT-KUBI (rechts)<ul style="list-style-type: none">◦ gleichzeitig◦ MOMTONG-AN-MAKKI (links)• Wechsel in AP-KUPI<ul style="list-style-type: none">◦ gleichzeitig◦ MOMTONG-BARO-JIRUGI (rechts)◦ OLGUL-BANDAE-JIRUGI (links)• TWIO-AP-CHAGI (links)

6. Kombination



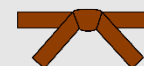
ANGRIFF <ul style="list-style-type: none">• AP-KUPI• MOMTONG-BANDAE-JIRUGI (rechts)	ANGRIFF <ul style="list-style-type: none">• AP-KUPI• MOMTONG-BANDAE-JIRUGI (links)
ABWEHR <ul style="list-style-type: none">• rückwärts steigen in DYT-KUBI (links)<ul style="list-style-type: none">◦ gleichzeitig◦ MOMTONG-AN-MAKKI (rechts)• über den Rücken drehen in AP-SOGI<ul style="list-style-type: none">◦ gleichzeitig◦ PALGUP-DWIT-DOLLYO-CHIGI (links)• PALGUP-DWIT-DOLLYO-CHIGI (rechts)• rückwärtsgesprungen DWIDOLLA-DOLLYO-CHAGI (rechts)	ABWEHR <ul style="list-style-type: none">• rückwärts steigen in DYT-KUBI (rechts)<ul style="list-style-type: none">◦ gleichzeitig◦ MOMTONG-AN-MAKKI (links)• über den Rücken drehen in AP-SOGI<ul style="list-style-type: none">◦ gleichzeitig◦ PALGUP-DWIT-DOLLYO-CHIGI (rechts)• PALGUP-DWIT-DOLLYO-CHIGI (links)• rückwärtsgesprungen DWIDOLLA-DOLLYO-CHAGI (links)

7. Kombination



ANGRIFF <ul style="list-style-type: none"> • AP-KUPI • MOMTONG-BANDAE-JIRUGI (rechts) 	ANGRIFF <ul style="list-style-type: none"> • AP-KUPI • MOMTONG-BANDAE-JIRUGI (links)
ABWEHR <ul style="list-style-type: none"> • 45° nach rechts hinten ausweichen in AP-KUPI <ul style="list-style-type: none"> ○ gleichzeitig ○ HAN-SONNAL-MOMTONG-BAKKAT-MAKKI (links) ○ AGIMSON-KALJEBI (rechts) • zurückgleiten in MOA-SOGI <ul style="list-style-type: none"> ○ gleichzeitig ○ SONNAL-DUNG-CHIGI zum Hals (links) • AN-NAERYO-CHAGI (rechts) 	ABWEHR <ul style="list-style-type: none"> • 45° nach links hinten ausweichen in AP-KUPI <ul style="list-style-type: none"> ○ gleichzeitig ○ HAN-SONNAL-MOMTONG-BAKKAT-MAKKI (rechts) ○ AGIMSON-KALJEBI (links) • zurückgleiten in MOA-SOGI <ul style="list-style-type: none"> ○ gleichzeitig ○ SONNAL-DUNG-CHIGI zum Hals (rechts) • AN-NAERYO-CHAGI (links)

8. Kombination



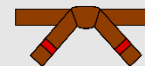
ANGRIFF <ul style="list-style-type: none"> • AP-KUPI • MOMTONG-BANDAE-JIRUGI (rechts) 	ANGRIFF <ul style="list-style-type: none"> • AP-KUPI • MOMTONG-BANDAE-JIRUGI (links)
ABWEHR <ul style="list-style-type: none"> • 45° nach rechts hinten ausweichen in AP-KUPI <ul style="list-style-type: none"> ○ gleichzeitig ○ MOMTONG-BAKKAT-MAKKI (links) ○ SONNAL-AN-CHIGI (rechts) • zurückgleiten in MOA-SOGI <ul style="list-style-type: none"> ○ gleichzeitig ○ SONNAL-BAKKAT-CHIGI in die Rippen (links) • AP-BAL-YOP-CHAGI (links) 	ABWEHR <ul style="list-style-type: none"> • 45° nach links hinten ausweichen in AP-KUPI <ul style="list-style-type: none"> ○ gleichzeitig ○ MOMTONG-BAKKAT-MAKKI (rechts) ○ SONNAL-AN-CHIGI (links) • zurückgleiten in MOA-SOGI <ul style="list-style-type: none"> ○ gleichzeitig ○ SONNAL-BAKKAT-CHIGI in die Rippen (rechts) • AP-BAL-YOP-CHAGI (rechts)

9. Kombination



ANGRIFF <ul style="list-style-type: none"> • AP-KUPI • OLGUL-BANDAE-JIRUGI (rechts) 	ANGRIFF <ul style="list-style-type: none"> • AP-KUPI • OLGUL-BANDAE-JIRUGI (links)
ABWEHR <ul style="list-style-type: none"> • vorwärts steigen in DYT-KUBI (rechts) <ul style="list-style-type: none"> ○ gleichzeitig ○ OLGUL-OTGORO-MAKKI • OLGUL-BAKKAT-MAKKI (links) <ul style="list-style-type: none"> ○ gleichzeitig ○ OLGUL-BARO-CHIRUGI (rechts) • AP-BAL-DOLLYO-CHAGI (rechts) 	ABWEHR <ul style="list-style-type: none"> • vorwärts steigen in DYT-KUBI (links) <ul style="list-style-type: none"> ○ gleichzeitig ○ OLGUL-OTGORO-MAKKI • OLGUL-BAKKAT-MAKKI (rechts) <ul style="list-style-type: none"> ○ gleichzeitig ○ OLGUL-BARO-CHIRUGI (links) • AP-BAL-DOLLYO-CHAGI (links)

10. Kombination



ANGRIFF <ul style="list-style-type: none"> • AP-KUPI • OLGUL-BANDAE-JIRUGI (rechts) 	ANGRIFF <ul style="list-style-type: none"> • AP-KUPI • OLGUL -BANDAE-JIRUGI (links)
ABWEHR <ul style="list-style-type: none"> • nach hinten steigen AP-KUPI (links) <ul style="list-style-type: none"> ◦ gleichzeitig ◦ JEPIBUM-BATANGSON-TOK-CHIGI (rechts) • DUNG-JUMOK-APE-CHIGI (rechts) • AP-BAL-AP-CHAGI (rechts) 	ABWEHR <ul style="list-style-type: none"> • nach hinten steigen AP-KUPI (rechts) <ul style="list-style-type: none"> ◦ gleichzeitig ◦ JEPIBUM-BATANGSON-TOK-CHIGI (links) • DUNG-JUMOK-APE-CHIGI (links) • AP-BAL-AP-CHAGI (rechts)

11. Kombination



ANGRIFF <ul style="list-style-type: none"> • AP-KUPI • MOMTONG -BANDAE-JIRUGI (rechts) 	ANGRIFF <ul style="list-style-type: none"> • AP-KUPI • MOMTONG -BANDAE-JIRUGI (links)
ABWEHR <ul style="list-style-type: none"> • zur Seite ausweichen AP-KUPI (links) <ul style="list-style-type: none"> ◦ gleichzeitig ◦ HAN-SONNAL-MOMTONG-BAKKAT-MAKKI (rechts) • MOMTONG-BARO-CHIRUGI (links) • OLGUL-BANDAE-CHIRUGI (rechts) • AP-BAL-BAKKAT-CHAGI (rechts) 	ABWEHR <ul style="list-style-type: none"> • zur Seite ausweichen AP-KUPI (rechts) <ul style="list-style-type: none"> ◦ gleichzeitig ◦ HAN-SONNAL-MOMTONG-BAKKAT-MAKKI (links) • MOMTONG-BARO-CHIRUGI (rechts) • OLGUL-BANDAE-CHIRUGI (links) • AP-BAL-BAKKAT-CHAGI (links)

12. Kombination



ANGRIFF <ul style="list-style-type: none"> • AP-KUPI • MOMTONG -BANDAE-JIRUGI (rechts) 	ANGRIFF <ul style="list-style-type: none"> • AP-KUPI • MOMTONG -BANDAE-JIRUGI (links)
ABWEHR <ul style="list-style-type: none"> • nach hinten steigen AP-KUPI (links) <ul style="list-style-type: none"> ◦ gleichzeitig ◦ GODURO-MOMTONG-ANPALMOK-BAKKAT-MAKKI (links) • Zum Gegner gleiten in DWIT-KOA-SOGI <ul style="list-style-type: none"> ◦ gleichzeitig ◦ DU-JUMOK-JEYCHO-JIRUGIE • Zurück steigen in JUCHUM-SOGI (links) <ul style="list-style-type: none"> ◦ gleichzeitig ◦ PALGUP-DOLLY-CHIGI (rechts) • AP-BAL-DOLLY-CHAGI (rechts) 	ABWEHR <ul style="list-style-type: none"> • nach hinten steigen AP-KUPI (rechts) <ul style="list-style-type: none"> ◦ gleichzeitig ◦ GODURO-MOMTONG-ANPALMOK-BAKKAT-MAKKI (rechts) • Zum Gegner gleiten in DWIT-KOA-SOGI <ul style="list-style-type: none"> ◦ gleichzeitig ◦ DU-JUMOK-JEYCHO-JIRUGIE • Zurück steigen in JUCHUM-SOGI (rechts) <ul style="list-style-type: none"> ◦ gleichzeitig ◦ PALGUP-DOLLY-CHIGI (links) • AP-BAL-DOLLY-CHAGI (links)

13. Kombination



ANGRIFF <ul style="list-style-type: none"> • AP-KUPI • MOMTONG-BANDAE-JIRUGI (rechts) 	ANGRIFF <ul style="list-style-type: none"> • AP-KUPI • MOMTONG-BANDAE-JIRUGI (links)
ABWEHR <ul style="list-style-type: none"> • Zur Seite ausweichen JUCHUM-SOGI (links) <ul style="list-style-type: none"> ◦ gleichzeitig ◦ MOMTONG-BATANGSON-NULLO-MAKKI (links) • MOMTONG- PALGUP-DOLLY-CHIGI (rechts) • OLGUL-DUNG-JUMOK-BAKKAT-CHIGI (rechts) • BAKKAT-CHAGI (rechts) 	ABWEHR <ul style="list-style-type: none"> • Zur Seite ausweichen JUCHUM-SOGI (rechts) <ul style="list-style-type: none"> ◦ gleichzeitig ◦ MOMTONG-BATANGSON-NULLO-MAKKI (rechts) • MOMTONG- PALGUP-DOLLY-CHIGI (links) • OLGUL-DUNG-JUMOK-BAKKAT-CHIGI (links) • BAKKAT-CHAGI (links)

14. Kombination



ANGRIFF <ul style="list-style-type: none"> • AP-KUPI • MOMTONG-BANDAE-JIRUGI (rechts) 	ANGRIFF <ul style="list-style-type: none"> • AP-KUPI • MOMTONG-BANDAE-JIRUGI (links)
ABWEHR <ul style="list-style-type: none"> • nach hinten steigen BOM-SOGI (links) <ul style="list-style-type: none"> ◦ gleichzeitig ◦ GODURO-BATANGSON-MOMTONG-MAKKI (rechts) ◦ GODURO-DUNG-JUMOK-APE-CHIGI (rechts) • nach vorne steigen BOM-SOGI (links) <ul style="list-style-type: none"> ◦ gleichzeitig ◦ DANGYON-TOK-JIRUGI (rechts) • Zur Seite steigen JUCHUM-SOGI (rechts) • DOLLYO-CHAGI (links) 	ABWEHR <ul style="list-style-type: none"> • nach hinten steigen BOM-SOGI (rechts) <ul style="list-style-type: none"> ◦ gleichzeitig ◦ GODURO-BATANGSON-MOMTONG-MAKKI (links) ◦ GODURO-DUNG-JUMOK-APE-CHIGI (links) • nach vorne steigen BOM-SOGI (rechts) <ul style="list-style-type: none"> ◦ gleichzeitig ◦ DANGYON-TOK-JIRUGI (links) • Zur Seite steigen JUCHUM-SOGI (links) • DOLLYO-CHAGI (rechts)