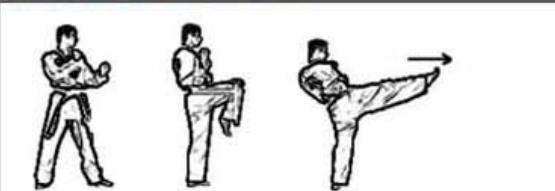














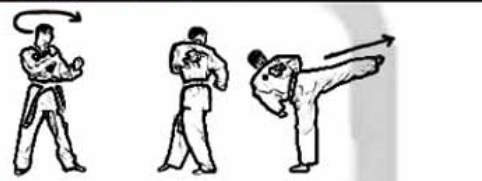




TÉCNICAS FUNDAMENTALES PIERNA TAEKWONDO (BAL KISUL)

PATADAS BÁSICAS

AP CHAGUI - Patada al frente 	DOLLYO CHAGUI - Patada circular 
YOP CHAGUI - Patada lateral 	TUIT CHAGUI - Patada hacia atrás 
NACKO CHAGUI - Patada enganchando 	FURIO CHAGUI - Patada enganchando con pierna recta 
NERYO CHAGUI - Patada descendente 	AN MIRO CHAGUI - Empujar con el pie 
BAKAT DARI FURIGUI - Circulo de pierna exterior 	AN DARI FURIGUI - Circulo de pierna interior 
BANDAL CHAGUI - Patada semicircular baja 	BITURO CHAGUI - Patada semicircular baja exterior 

<p>AP OLLIGUI- Elevación de pierna</p> 	<p>GIRO BANDAL CHAGUI – Bandan Chagui con giro</p> 
<p>MONDOLLYO TUIT CHAGUI - Patada hacia atrás con giro</p> 	<p>MONDOLLYO YOP CHAGUI - Patada lateral con giro</p> 
<p>MONDOLLYO NACKO CHAGUI - Nackochagui con giro</p> 	<p>MONDOLLYO FURIO CHAGUI - Furiochagui con giro</p> 

TUIO – PATADAS CON SALTO

<p>TUIO AP CHAGUI TUIO YOP CHAGUI TUIO MONDOLLYO TUIT CHAGUI TUIO MONDOLLYO NACKO CHAGUI</p>	<p>TUIO DOLLYO CHAGUI TUIO TUIT CHAGUI TUIO MONDOLLYO YOP CHAGUI TUIO MONDOLLYO FURIO CHAGUI</p>
---	---

PATADAS ESPECIALES

<p>TUIO NOPPY CHAGUI</p> <p>Salto con cualquier patada a un objetivo muy alto</p>	<p>TUIO GAWI CHAGUI</p>  <p>Patada en salto con los dos pies a la vez abiertos</p>
<p>TUIO ILYA CHAGUI</p>  <p>Patada en salto en forma de tijera</p>	<p>MODUMBAL CHAGUI (AP o YOP)</p> <p>Patada en salto con los dos pies juntos</p> 

YONSOK DONG CHAK (combinación de patadas)

<p>1º Dan</p>	<ul style="list-style-type: none"> * Neryo Chagui / Ap Chagui / Yop Chagui. * Yop Chagui / Dollyo Chagui / Mom Dollyo Tuit Chagui. * Ap Chagui / Nacko Chagui / Dollyo Chagui. * Dollyo Chagui / Yop Chagui / Mom Dollyo Nacko Chagui. * Nacko Chagui / Dollyo Chagui / Mom Dollyo Yop Chagui. * Furio Chagui / Yop Chagui / Neryo Chagui.
<p>2º Dan</p>	<ul style="list-style-type: none"> * Yop Chagui / Neryo Chagui / Dollyo Chagui / Mom Dollyo Nacko Chagui. * Nacko Chagui / Dollyo Chagui / Yop Chagui / Mom Dollyo Yop Chagui. * Dollyo Chagui / Mom Dollyo Yop Chagui / Tuit Chagui.

TÉCNICAS FUNDAMENTALES TAEKWONDO (hasta 1er dan)

SON KISUL Técnicas de mano taeguk POSICIONES (SOGUI KISUL)

1°	CHARYOT SOGUI	1°	PIONJI SOGUI	1°	AP SOGUI	1°	AP KUBI SOGUI	3°	TUIT KUBI SOGUI	5°	ORUN SOGUI
5°	UEN SOGUI	5°	TUIT KOA SOGUI	6°	NARANJI SOGUI	7°	BOM SOGUI	7°	MOA SOGUI	7°	CHU.CHUM SOGUI

DEFENSAS (SON KISUL MAKI)

1°	ARE MAKI	1°	MONTONG MAKI	1°	MONTONG AN MAKI	1°	OLGUL MAKI	3°	JANSONNAL MONTONG BAKAT MAKI	4°	SONNAL MONTONG MAKI
4°	MONTONG BAKAT MAKI	6°	OLGUL BAKAT MAKI	6°	GECHIO ARE MAKI	6°	BATAGSON MONTONG MAKI	7°	BATAGSON MONTONG AN MAKI	7°	SONNAL ARE MAKI
7°	GECHIO MONTONG MAKI	7°	GODURO BATAGSON MONTONG AN MAKI	7°	OKGORO ARE MAKI	7°	JANSONNAL MONTONG YOP MAKI	8°	GODURO MONTONG MAKI	8°	GODURO ARE MAKI

TÉCNICAS FUNDAMENTALES TAEKWONDO (de 1ro a 5to dan)

SON KISUL Técnicas de mano dan (superiores)

POSICIONES (SOGUI KISUL)

Jakdari Sogui	Ap Koa Sogui	Kiotari Sogui	Ogum Sogui































DEFENSAS (SON KISUL MAKI)

Jansonnal Are Maki	Nulo Maki	An Palmok Gechio Momtong Maki	Jansonnal Momtong Maki	Sonnal Gechio Are Maki	An Palmok Goduro Olgul Yop Maki
Sonnal Dung Gechio Momtong Maki	Goduro Sonnal Dung Momtong Bakat Maki	Sonnal Okgoro Are Maki	An Palmok Momtong Bakat Maki	Jansonnal Olgul Maki	Jansonnal Yop Are Maki
An Palmok Goduro Momtong Maki	Okgoro Olgul Maki	PUMSES SUPERIORES KORYO 30 mov KUMGANG 27 mov TAEBEK 26 mov PYONGWON 25 mov SYPCHIN 31 mov CHITAE 28 mov CHUNGKWON 27 mov JANSU 27 mov ILYO 23 mov			

ATAQUES (SON KISUL GONG KIOK)

Sonnal Bakat Chigui	Palkup Yop Chigui	Sonnal Mok Chigui	Palkup Olyo Chigui	Pionson Kut Opo Chirugui	Bam Chumok Sosum Chigui
Du Me Chumok Yang Yopguri Chigui	YONSOK DONG CHAK (combinación 20 movimientos)				
	MAKI (defensas)			GONG KIOK (ataques)	
	1º DAN	Gechio Are Maki - Jansonnal Momtong Bakat Maki -		Pionson Kut Seo Chirugui - Dung Chumok Bakat Chigui.	
	2º DAN	An Palmok Gechio Momtong Maki - Jansonnal Momtong Maki		Chebipum Mok Chigui - Akumson Kalchebi.	
	3º DAN	Sonnal Gechio Are Maki - Kumgang Are Maki		Mohe Chigui - Dangkiok Dung Chumok Ape Chigui.	
4º DAN	An Palmok Momtong Bakat Maki - Sonnal Okgoro Are Maki.		Kumgang Ap Jirugui - Bam Chumok Sosum Chigui.		
5º DAN	Sonnal Kumgang Are Maki - An Palmok Piochok Are Maki		Pyonson Kut Opo Chirugui - Du Me Chumok Yang Yopguri Chigui.		

MOVIMIENTOS ESPECIALES (PUM)

Tong Milgui Chumbi	Akumson Kalchebi	Murup Koki	Piochok Jirugui	Chagun Dol Chogui	Dangkio Are Pionson Kut Checho Chirugui
					
Me Chumok Are Piochok Chigui	Batagson Tok Chigui	Kumgang Maki	Kun Dol Chogui	Santul Maki	Kolcho Maki
					
An Palmok Kumgang Momtong Maki	Kiopson Chumbi	Mohe Chigui	Gechio Santul Maki	Dangkio Dung Chumok Ape Chigui	Hwangso Maki
					
Sonbadak Goduro An Palmok Momtong Bakat Maki	Bawi Milgui	Gorro Olligui	Chetdari Jirugui	Kumgang Ap Jirugui	Me Chumok Yop Momtong Piochok Chigui
					
Nalgue Piogui	Bituro Jansonnal Momtong Bakat Maki	An Palmok Bituro Momtong Bakat Maki	Kumgang Yop Jirugui	Sonnal Oe Santul Maki	Taesan Milgui
					
An Palmok Are Piochok Maki	Sonnal Kumgang Are Maki	Oe Santul Yop Chagui	Du Chumok Jori Chumbi		
