



# TAGEUK IL JANG / I

Temps d'exécution : 18/25 Secondes

## Signification :

Représente le symbole de "*keon*", qui symbolise le début de la création de toute chose dans l'univers.

Ce pomsé représente le début de la progression en Taekwondo. Il s'agit d'un pomsé facile, composé essentiellement de déplacements et de techniques de bases :

## Techniques abordées :

- *Ale Maki*
- *Momtong An Makki*
- *Momtong Baro Jileugi*
- *Ap Tchagui*=

A connaître pour la ceinture :



## Keup

14-13      Enfants

9-8-7      Adultes



JOUMBI NARANHI SEUGUI

# Première Ligne



ALE MAKI  
OWEN AP SEUGUI



MONTONG BANDE JILEUGUI  
OREN AP SEUGUI



ALE MAKI  
OREUN AP SEUGUI



MONTONG BANDE JILEUGUI  
OWEN AP SEUGUI



ALE MAKI  
OWEN AP KOUBI SEUGUI



MONTONG BARO JILEUGUI  
OWEN AP KOUBI SEUGUI

# Seconde Ligne



7

MONTONG AN MAKI  
OWEN AP SEUGUI



8

MONTONG BARO JILEUGUI  
OWEN AP SEUGUI



9

MANTONG AN MAKI  
OWEN AP SEUGUI



10

MONTONG BARO JILEUGUI  
OREUN AP SEUGUI



11a

ALE MAKI  
OREN AP KOUBI SEUGUI



11b

MONTONG BARO JILEUGUI  
OREN AP KOUBI SEUGUI

TAGEUK IL JANG

# Troisième Ligne



OULGOUL MAKI  
OWEN AP SEUGUI



AP TCHAGUI



MANTONG BANDE JILEUGUI  
OREUN AP SEUGUI



OULGOUL MAKI  
OREN AP KOUBI SEUGUI



AP TCHAGUI



MONTONG BANDE JILEUGUI  
OWEN AP SEUGUI

# Retour



ALE MAKI  
OWEN AP KOUBI SEUGUI

Vue de Face



MANTONG BANDE JILEUGUI  
OREUN AP KOUBI SEUGUI  
**KIAP**



JOUMBI SEUGUI

