



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

