



Benamingen technieken in Taeguk chil jang (nr. 7)

Start	kibon junbiseogi
1	wen beomseogi, batangson momtong anmakki
2-1	oreunbal apchagi
2-2	wen beomseogi, momtongmakki
3	oreun beomseogi, batangson momtong anmakki
4-1	wenbal apchagi
4-2	oreun beomseogi, momtongmakki
5	oreun dwitkubi, sonnal araemakki
6	wen dwitkubi, sonnal araemakki
7	wen beomseogi, batangson momtong keodureo anmakki (linker vuist onder elleboog)
8-1/8-2	deungjumeok olgul apchigi (slag naar de neus)
9	oreun beomseogi, batangson momtong keodureo anmakki (rechter vuist onder elleboog)
10-1/10-2	deungjumeok olgul apchigi (slag naar de neus)
11	moaseogi (gesloten stand), bojumeok (linker hand om de rechter vuist sluiten)
12-1/12-2	wen apkubi, kawimakki (begin met links lage afweer en 2 x kawimakki op schouderhoogte)
13-1/13-2	oreun apkubi, kawimakki 2 x
14	wen apkubi, momtong hechomakki
15-1/15-2	oreunbal mureupchigi, wenbal dwikkoaseogi, dujumeok jechojireugi (kniestoot en vervolgens met 2 vuisten opstoten vanaf de band; begin met handrug boven)
16	oreun apkubi, otkoreo araemakki (rechterarm beneden want rechterbeen staat voor)
17	oreun apkubi, momtong hechomakki
18-1/18-2	wenbal mureupchigi, oreunbal dwikkoaseogi, dujumeok jechojireugi
19	wen apkubi, otkoreo araemakki (linkerarm beneden want linkerbeen staat voor)
20	wen apseogi, deungjumeok olgul bakkatchigi (back-fist van binnen naar buiten met links)
21-1/21-2	pyojeokchagi, juchumseogi, oreunpalkup pyojeokchigi (met rechter voetzool in de linker open hand trappen, dan elleboogstoot rechts op borsthoogte)
22	oreun apseogi, deungjumeok olgul bakkatchigi
23-1	pyojeokchagi, juchumseogi, wenpalkup pyojeokchigi (met linker voetzool in de rechter open hand trappen, dan elleboogstoot links op borsthoogte)
24	wen hansonnal momtong yopmakki, daarna hand linksom draaien i.v.m. vastpakken
25	juchumseogi, momtong yopjireugi (Kihap)