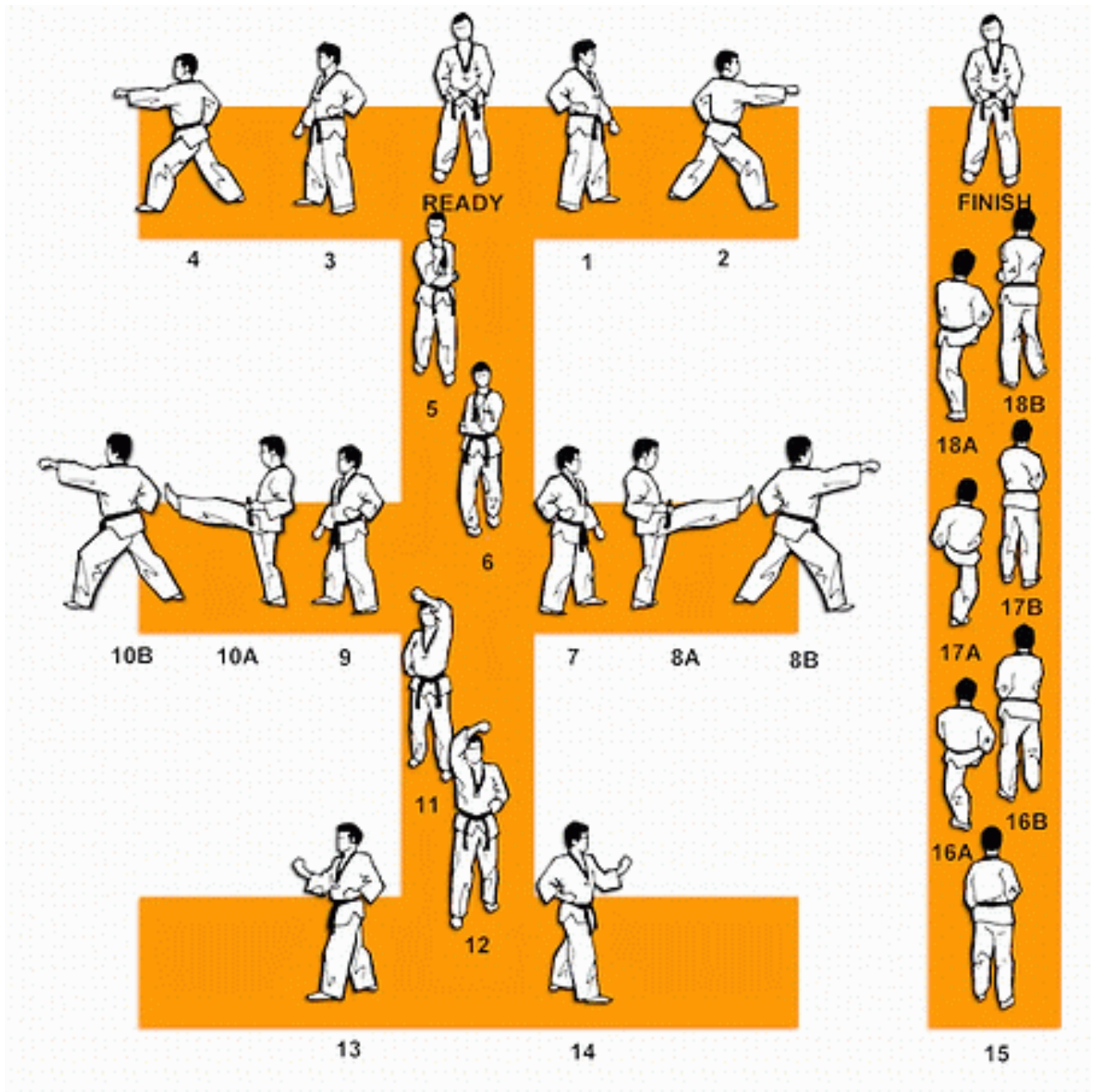


# Taeguk I Jang (Les 2)



Nr.	beweging	stand	techniek
chunbi	Plaats de linkervoet een stap zijwaarts en kijk in de richting van 'G'	Naranhi seogi	Gibon chunbi
1.	Draai het lichaam naar links en plaats de linkervoet naar lijn 'L1'	Oen Ap seogi	Area makki
2.	Plaats de rechervoet een stap naar voren op lijn 'L1'	Oreun Ap koobi	Momtong Bandae jireugi
3.	Draai het lichaam op de bal van de linkervoet naar rechts en beweeg de rechervoet naar lijn 'R1'	Oreun Ap seogi	Area makki
4.	Plaats de linkervoet een stap voorwaarts langs lijn 'R1'	Oen Ap koobi	Momtong Bandae jireugi
5.	Draai het lichaam op de bal van de rechervoet en plaats de linkervoet naar lijn 'G'	Oen Ap seogi	Momtong An makki
6.	Plaats de rechervoet een stap voorwaarts op lijn 'G'	Oreun Ap seogi	Momtong An makki
7.	Draai op de bal van de rechervoet en plaats de linkervoet naar lijn 'L2'	Oen Ap seogi	Area makki
8a.	Voer Ap chagi uit met de rechervoet		
8b.	Plaats de rechervoet vervolgens op lijn 'L2'	Oreun Ap koobi	Eolgool Bandae jireugi
9.	Draai het lichaam op de bal van de linkervoet naar rechts en beweeg de rechervoet naar lijn 'R2'	Oreun Ap seogi	Arae makki
10a.	Voer Ap chagi uit met de linkervoet		Ap chagi
10b.	Plaats de rechervoet vervolgens op lijn 'R2'	Oen Ap koobi	Eolgool Bandae jireugi
11.	Draai het lichaam op de bal van de rechervoet naar links en beweeg de linkervoet naar lijn 'G'	Oen Ap seogi	Eolgool makki
12.	Plaats de rechervoet een stap voorwaarts op lijn 'G'	Oreun Ap seogi	Eolgool makki
13.	Draai het lichaam op de bal van de rechervoet naar links en beweeg de linkervoet naar lijn 'R3'	Oen Ap seogi	Momton An makki
14.	Draai het lichaam op de bal van de linkervoet naar links en kijk in de richting van 'L3'	Oreun Ap seogi	Momton An makki
15.	Beweeg de linkervoet naar lijn 'I' zonder de rechervoet te verplaatsen	Oen Ap seogi	Arae makki
16a.	Voer Ap chagi uit met de rechervoet		Ap chagi
16b.		Oreun Ap seogi	Momtong Bandae jireugi
17a.	Voer Ap chagi uit met de linkervoet		Ap chagi
17b.		Oen Ap seogi	Momtong Bandae jireugi
18a.	Voer Ap chagi uit met de rechervoet		Ap chagi
18b.	Plaats de rechervoet vervolgens op lijn '1' [kihap]	Oreun Ap seogi	Momtong Bandae jireugi
geuman		Naranhi seogi	Gibon chunbi