

Einschrittkämpfe

Kup Legende: re → rechts li → links vw → vorwärts rw → rückwärts

| | | | | | | | |
|----|----|--------|----|---------------|----------------------|---------------------------|---|
| 8. | 1 | li Fuß | vw | Juchumsogi | li Hand | Momtong-makki | rechts-links-rechts 2 Mal Momtong-, 1 Mal Olgul-chirugi |
| | 2 | li Fuß | vw | Juchumsogi | re Hand | An-palmok-bakkat-makki | gleichzeitig li Hand Momtong, dann re Hand Olgul, li Hand Sonnal-mok-chigi |
| | 3 | li Fuß | vw | Apkubi | re Hand | Sonnal-makki | re Fuß Dollyo-chagi (Momtong) |
| | 4 | re Fuß | rw | Duitkubi | li Hand | Momtong-makki | (li Hand greift) li Fuß Yop-chagi (Momtong) |
| | | | | | | | |
| 7. | 5 | re Fuß | vw | Juchumsogi | li Hand | Sonnal-bakkat-makki | gleichzeitig re Hand Olgul-, links-rechts Momtong-chirugi |
| | 6 | re Fuß | vw | Juchumsogi | li Hand | Sonnal-bakkat-makki | gleichzeitig re Hand Sonnal-mok-chigi, zurücksteigen (ziehen) Sonnal-bakkat-chigi |
| | | | | | | | |
| 6. | 7 | li Fuß | rw | Juchumsogi | re Hand | Han-sonnal-bakkat-makki | (re Hand greift) re Fuß Bandae-dollyo-chagi |
| | 8 | li Fuß | rw | Juchumsogi | re Hand | Momtong-makki | weiterdrehen, li Fuß Duit-chagi |
| | | | | | | | |
| 5. | 9 | li Fuß | vw | Apkubi | li Hand | Nullo-makki | li Hand Dung-jumok |
| | 10 | re Fuß | rw | Juchum / Duit | li Hand | Batangson-makki | re Fuß Duit-dollyo-chagi |
| | | | | | | | |
| 4. | 11 | li Fuß | vw | Juchumsogi | gleichzeitig re Hand | Han-sonnal-makki | (ev. greifen) li Palgup-dollyo- und Palgup yop-chigi, Dung-jumok |
| | 12 | re Fuß | vw | Apsogi | re Hand | Batangson-makki | über Rücken drehen, li Palgup-duit-chigi, Dung-jumok |
| | | | | | | | |
| 3. | 13 | li Fuß | vw | Apkubi | li Hand | Nullo-makki | re Hand sonnal-dung-chigi, re Fuß hinter re Fuß des Angreifers → Wurf |
| | 14 | li Fuß | vw | Apkubi | re Hand | Han-sonnal-makki | re Hand einfädeln, re Hand des Angreifers Richtung Rücken drehen |
| | | | | | | | |
| 2. | 15 | li Fuß | vw | Apkubi | li Hand | Batangson-makki (greifen) | re Hand Dangyo-tok-chigi, re Unterarm von oben in Ellenbeuge des Angreifers |
| | 16 | li Fuß | vw | Duitkubi | li Hand | Han-sonnal-makki | re Hand von unten → Armbeugehebel |