

Sambo Matsoki VI

Der Angreifer geht mit dem rechten Fuß und mit einem Kihap in Gunnun Sogi Najunde Pakkat Palmok Yop Makgi in Startposition zurück. Der Verteidiger gibt ebenfalls durch einen Kihap seine Verteidigungsbereitschaft bekannt.

Abb. 35



Partner links greift mit Gunnun So Ap Joomok Kaunde Baro Jirugi rechts an, während Partner rechts mit rechts Niunja So An Palmok Kaunde Yop Makgi links zurück verteidigt.

Abb. 36



Partner links greift mit Gunnun So Ap Joomok Kaunde Baro Jirugi links an, während Partner rechts mit links Niunja So An Palmok Kaunde Yop Makgi rechts zurück verteidigt.

Abb. 37



Partner links greift mit Gunnun So Ap Joomok Kaunde Baro Jirugi rechts an, während Partner rechts mit rechten Fuß 45° zurück in Gunnun Sogi geht und mit dem linken Arm Pakkat Palmok Kaunde Yop Makgi und mit der rechten Faust Ap Joomok Nopunde Jirugi ausführt. Beide Hand- bzw. Armtechniken werden gleichzeitig ausgeführt

Abb. 38



Verteidiger rechts steppt den linken Fuß zum rechten heran, worauf anschließend mit dem rechten Fuß Dollyo Nopunde Chagi zum Kopf des Gegners ausgeführt.

Abb. 39



Anschließend setzt der Verteidiger in Niunja So Kaunde Palmok Daebi Makgi nach rechts vorne ab

Abb. 40



Nach Beendigung der Übung zieht der Partner links den vorderen Fuß in „Narani Junbee Sogi“ die Ausgangsstellung zurück, während der Partner rechts seinen linken Fuß etwa 135° nach vorne zum Partner gleitet, bis auch er die Stellung „Narani Junbee Sogi“ erreicht. Beide Partner führen die Bewegung gleichzeitig aus.

Abb. 41



International Taekwon-Do
Federation

국제태권도연맹