

Ilbo Taeryon – Vereins-Techniken

Alle Abwehrtechniken sind auf beiden Angriffsseiten möglich. Techniken 1. - 4. sind für alle Kinderkurse geeignet und können auch nur mit Faustangriff durchgeführt werden.

1. Technik: Rechte Faust

- Abwehr in Juchum-Seogi mit Momtong-Makki zum (äußeren) Angriffsarm
- Doppelfaust
- Faust weg – Kampfstellung andere Seite – Dolyo-Chagi
- Abstand – Traditionelle Kampfstellung

2. Technik: Linke Faust

- Dwit-Gubi Innen – Sonnal-Makki (Doppelter Handkantenblock) zur Faustabwehr
- Verlängern ins Ap-Gubi – Handkantenschlag zum Hals
- Abstand – Traditionelle Kampfstellung

3. Technik: Rechter Fuß

- Seitlich zur offenen Angriffsseite raus – Kampfstellung
- Paldung-Chagi – Dolyo-Chagi
- Verlängern ins Ap-Gubi – Fauststoß zur Körpermitte des Angreifers
- Abstand – Traditionelle Kampfstellung

4. Technik: Linker Fuß

- Gerade nach hinten ausweichen – Kampfstellung
- Anneryo-Chagi mit Dwit-Chagi (Fuß knapp beim Standfuß absetzen für Dwit-Chagi)
- Abstand – Traditionelle Kampfstellung

5. Technik: Rechte Faust

- Dyt Gubi innen – Doppelhandkante zur Faustabwehr
- Angriffsarm wegwischen – Vorderen Fuß heranziehen
- Yeop-Chagi (Körpermitte oder Kopfhöhe)
- Absetzen ins Ap-Gubi – Handkantenschlag zum Hals – Faust zur Körpermitte des Angreifers
- Abstand – Traditionelle Kampfstellung

6. Technik: Linke Faust

- 45° seitliches Ap-Gubi mit Handkantenblock am äußeren Angriffsarm
- Hinterer Fuß setzt entlang des Angriffsarm ab, sodass Verteidiger neben Angreifer in Bom-Seogi steht – Rücken von Angreifer und Verteidiger zeigen in dieselbe Richtung – Handkantenschlag zur Körpermitte
- Am Angriffsarm entlang Aufdrehen ins Ap-Seogi
- Anneryo-Chagi – Faust weg – Pandae-Dolyo-Chagi aus Drehung
- Abstand – Traditionelle Kampfstellung

7. Technik: Rechter Fuß

- Gerade nach hinten ausweichen – Kampfstellung
- Anneryo-Chagi – Fuß bei vorderem Angriffsfuß innen absetzen und ins Juchum-Seogi drehen – Palkup-Ap-Chiki (Ellenbogenstoß) zur Körpermitte
- Vorderen Fuß zurückziehen ins Ap-Seogi – Faustrückenschlag zur Schläfe
- Vorderen Fuß seitlich setzen – Aus Drehung Huryeo-Chagi
- Abstand – Traditionelle Kampfstellung

8. Technik: Linker Fuß

- Seitlich ausweichen – Kampfstellung – Wichtig: Startlinie für Abwehrtechniken setzen
- Kombination: Anneryo-Chagi, Tymio-Dolyo-Chagi, Pandae-Dolyo-Chagi – Wichtig: Auf einer Linie kicken
- Abstand – Traditionelle Kampfstellung