



Programme 14^{ème} keup / ceinture jaune enfant

Les termes utilisés

Tchaliot : garde à vous
Kyongnye : saluez
Tchoumbi : position de départ
Shijak : commencez
Baro : revenez
Kyo sa nim : instructeur
Kihap : cri - libération de l'énergie
Dobok : tenue
Dojang : salle d'entraînement

Les techniques

Jileugui : Coup de poing
Ap tchagui : coup de pied de face, frappe avec le bol de pied
Yop tchagui : coup de pied de profil, frappe avec le talon
Dolyeu tchagui : coup de pied circulaire
Maki : blocage

Les positions

Ap seugui : position de marche, un pas entre les pieds, intérieurs des talons sur la même ligne, pied arrière désaxé à 30°
Ap koubi seugui : position longue, une largeur d'épaule et un pas et demi entre les pieds, jambe avant fléchie perpendiculaire au sol, jambe arrière tendue, pied arrière ouvert à 30°

Les niveaux

Ale : niveau bas
Momtong : niveau moyen
Eulgoul : niveau haut

Les nombres cardinaux

Hana	: 1	Yosot	: 6
Doul	: 2	Ilgop	: 7
Set	: 3	Yeudol	: 8
Net	: 4	Hahop	: 9
Dasot	: 5	Yeul	: 10