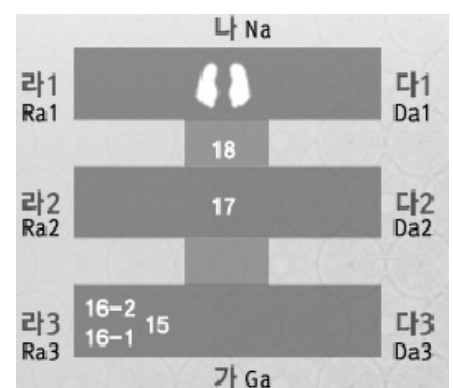
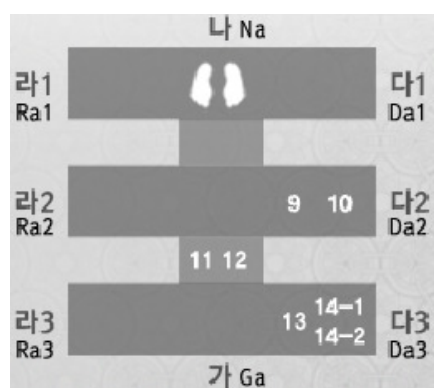
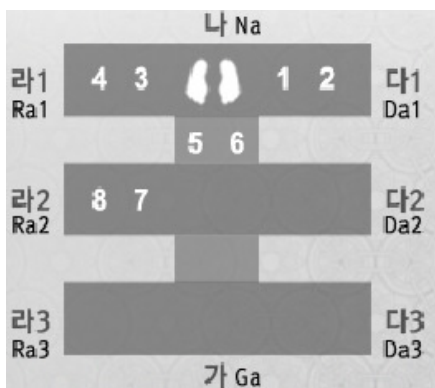


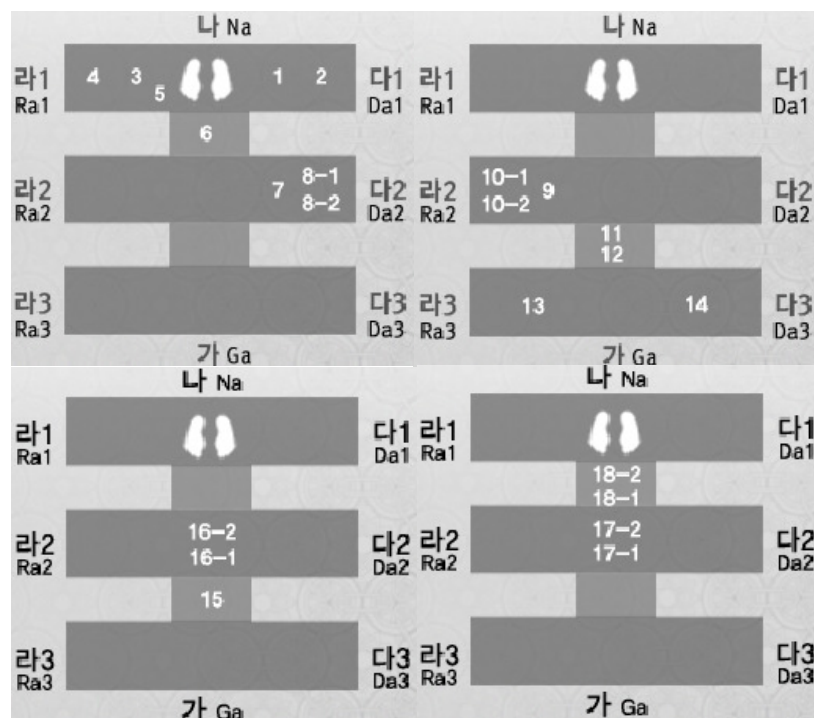
① Taeguk II jang 태극일장

- 0 Junbi – Klaar staan
- 1 Draai linker voet richting “Da1” Wen apseogi (loopstand – Linker voet voor) Araemakki (Lage wering Links)
- 2 Stap rechter voet richting “Da1” Oreun apseogi (loopstand – Rechter voet voor)
Momtong bandae jireugi (midden stoot Rechts)
- 3 Draaiom rechter voet richting “Ra1” Oreun apseogi (loopstand – Rechter voet voor)
Araemakki (Lage wering Rechts)
- 4 Stap linker voet richting “Ra1” Wen apseogi (loopstand – Linker voet voor)
Momtong bandae jireugi (midden stoot Links)
- 5 Draai linker voet richting “Ga” Wen Apkubi (lange pas – Linker voet voor) Araemakki (Lage wering Links)
- 6 Blijf staan! Wen Apkubi (lange pas – Linker voet voor) momtong barojireugi (midden stoot Rechts)
- 7 Draai Rechter voet richting “Ra2” Oreun apseogi (loopstand – Rechter voet voor)
Momtong An makki (Midden block buiten/binnen – Links)
- 8 Stap Linker voet richting “Ra2” Wen apseogi (loopstand – Linker voet voor)
momtong barojireugi (midden stoot Rechts)
- 9 Draaiom Linker voet richting “Da2” Wen apseogi (loopstand – Linker voet voor)
Momtong An makki (midden block buiten/binnen – Rechts)
- 10 Stap Rechter voet richting “Da2” Oreun apseogi (loopstand – Rechter voet voor)
momtong barojireugi (midden stoot Links)
- 11 Draai Rechter voet richting “Ga” Oreun Apkubi (lange pas – Rechter voet voor)
Araemakki (Lage wering Rechts)
- 12 Blijf staan! Oreun Apkubi (lange pas – Rechter voet voor) momtong barojireugi (midden stoot Links)
- 13 Draai Linker voet richting “Da3” Wen apseogi (loopstand – Linker voet voor)
Eolgulmakki (hoge wering Links)
- 14-1 Oreunbal apchagi (Voorwaartse trap rechts) richting “Da3” , Oreun apseogi (loopstand – Rechter voet voor),
- 14-2 Momtong bandaejiregi (midden stoot Rechts)
- 15 Draai Rechter voet richting “Ra3” Oreun apseogi (loopstand – Rechter voet voor)
Eolgulmakki (hoge wering Rechts)
- 16-1 Wenbal apchagi (Voorwaartse trap Links) richting “Da3” Wen apseogi (loopstand – Linker voet voor)
- 16-2 Momtong bandaejiregi (midden stoot Links)
- 17 Draai Linker voet richting “Na” Wen Apkubi (lange pas – Linker voet voor) araemakki (lage wering – Links)
- 18 Stap Rechter voet richtin “Na” Oreun Apkubi (lange pas – Rechter voet voor)
momtong bandaejireugi (midden stoot Rechts) Kihap



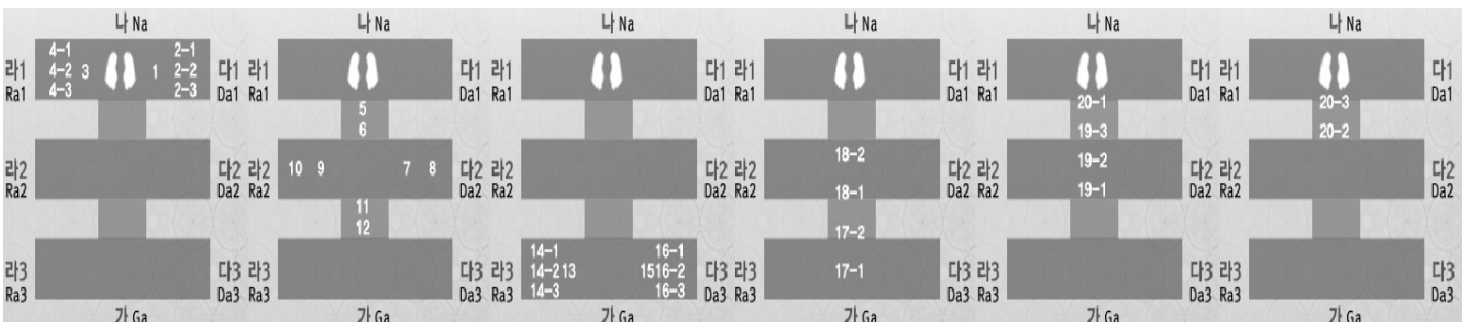
② Taeguk I jang 태극이장

- 0 Junbi
- 1 Draai Linker voet richting "Da1" Wen apseogi (loopstand – Linker voet voor) Araemakki (Lage wering – Links)
- 2 Stap rechter voet richting "Da1" Oreun Apkubi (lange pas – Rechter voet voor)
Momtong bandaejireugi (midden stoot Rechts)
- 3 Draai rechter voet richting "Ra1" Oreun apseogi (loopstand – Rechter voet voor)
Araemakki (Lage wering – Rechts)
- 4 Stap linker voet richting "Ra1" Wen Apkubi (lange pas – Links voet voor)
Momtong bandaejireugi (midden stoot Links)
- 5 Draai linker voet richting "Ga" Wen apseogi (loopstand – Linker voet voor)
Momtong anmakki (midden block buiten/binnen rechts)
- 6 Stap rechter voet richting "Ga" Oreun apseogi (loopstand – Rechter voet voor)
Momtong anmakki (midden block buiten/binnen Links)
- 7 Draai linker voet richting "Da2" Wen apseogi (loopstand – Linker voet voor) araemakki (lage wering Links)
- 8-1 Oreunbal apchagi (voorwaartse trap rechts) richting "Da2"
- 8-2 Oreun apkubi (lange pas – Rechter voet voor) eolgul bandaejireugi (Hoge stoot rechts)
- 9 Draai rechter voet richting "Ra2" Oreun apseogi (loopstand – rechter voet voor) araemakki
(lage wering Rechts)
- 10-1 Wenbal apchagi (voorwaartse trap Links) richting "Ra2"
- 10-2 Wen apkubi (lange pas – linker voet voor) eolgul bandaejireugi (Hoge stoot links)
- 11 Draai linker voet richting "Ga" Wen apseogi (loopstand – Linker voet voor) eolgulmakki (Hoge wering Links)
- 12 Stap rechter voet richting "Ga" Oreun apseogi (loopstand – Linker voet voor) eolgulmakki
(Hoge wering Rechts)
- 13 Draai linker voet richting "Ra" Wen apseogi (loopstand – Linker voet voor) Momtong anmakki (midden block
buiten/binnen rechts)
- 14 Draai rechter voet richting "Da" Oreun apseogi (loopstand – Linker voet voor) Momtong anmakki (midden block
buiten/binnen rechts)
- 15 Stap linker voet richting "Na" Wen apseogi (loopstand – Linker voet voor) Araemakki (Lage wering links)
- 16-1 Oreunbal apchagi (voorwaardse trap rechts) richting "Na"
- 16-2 Oreun apseogi (loopstand – rechter voet voor) Bandaejireugi (stoot rechts)
- 17-1 Wenbal apchagi (voorwaardse trap links) richting "Na"
- 17-2 Wen apseogi (loopstand – linker voet voor) Bandaejireugi (stoot links)
- 18-1 Oreunbal apchagi (voorwaardse trap rechts) richting "Na"
- 18-2 Oreun apseogi (loopstand – rechter voet voor) Bandaejireugi (stoot rechts) - Kihap



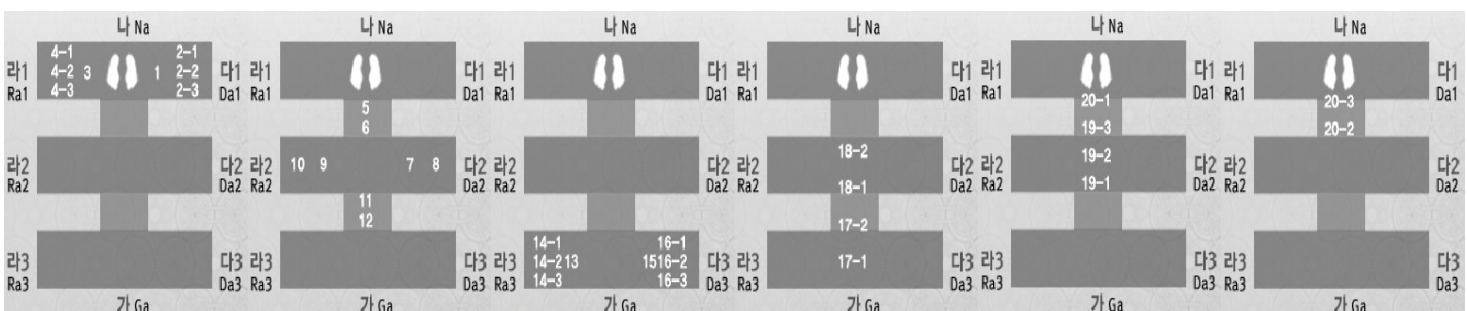
③ Taeguk Sam jang 태극삼장

- 0 Junbi
- 1 Draai linker voet richting “Da” Wen apseogi (loopstand – Linker voet voor) Araemakki (Lage wering links)
- 2-1 Oreun apchagi (voorwaardse trap rechts) richting “Da”
- 2-2 Oreun apkubi (Lange pas Rechts voor) Dubeonjireugi (dubbel stoot – Rechts) ((Eerste stoot = trap zijde))
- 2-3 Dubeonjireugi (dubbel stoot –Links)
- 3 Draai rechter voet richting “Ra” Oreun apseogi (loopstand – Rechter voet voor) Araemakki (Lage wering Rechts)
- 4-1 Wen apchagi (voorwaardse trap links) richting “Ra”
- 4-2 Wen apkubi (Lange pas Links voor) Dubeonjireugi (dubbel stoot –Links) ((Eerste stoot = trap zijde))
- 4-3 Dubeonjireugi (dubbel stoot –Rechts)
- 5 Stap Linker voet richting “Ga” Wen apseogi (loopstand – Links voor) Sonnal mogchigi (Open hand slag naar nek Rechts)
- 6 Stap Linker voet richting “Ga” Oreun apseogi (loopstand – Rechts voor) Sonnal mogchigi (Open hand slag naar nek Links)
- 7 Draai Linker voet richting “Da” Oreun dwitkubi (Achterwaartse stand RECHTS ACHTER) Hansonnal bakkatmakki (Open hand block/handpalm omlaag Binnen Buiten Links)
- 8 Schuif rechter voet richting “Da”, schuif linker voet halve pas naar voren in Wen apkubi (lange pas – Links voor) Momtong barojireugi (Stoot midden –Links)
- 9 Draai Linker voet richting “Ra” Wen dwitkubi (Achterwaartse stand LINKS ACHTER) Hansonnal bakkatmakki (Open hand block/handpalm omlaag Binnen Buiten Rechts)
- 10 Schuif Linker voet richting “Da”, schuif linker voet halve pas naar voren in Wen apkubi (lange pas – Links voor) Momtong barojireugi (Stoot midden –Links)
- 11 Draai Linker voet richting “Ga” Wen apseogi (loopstand – Links voor) Momtong anmakki (Midden afweer Buiten binnen Rechts)
- 12 Stap Rechter voet richting “Ga” Oreun apseogi (loopstand – rechts voor) Momtong anmakki (Midden afweer Buiten binnen Links)
- 13 Draai linkervoet richting “Ra” Wen apseogi (loopstand – Links voor) Araemakki (Lage wering Links)
- 14-1 Oreun apchagi (voorwaardse trap rechts) richting “Ra”
- 14-2 Oreun apkubi (Lange pas Rechts voor) Dubeonjireugi (dubbel stoot – Rechts) ((Eerste stoot = trap zijde))
- 14-3 Dubeonjireugi (dubbel stoot –Links)
- 15 Draai rechter voet richting “Da” Oreun apseogi (loopstand – Rechter voet voor) Araemakki (Lage wering Rechts)
- 16-1 Wen apchagi (voorwaardse trap links) richting “Da”
- 16-2 Wen apkubi (Lange pas Links voor) Dubeonjireugi (dubbel stoot –Links) ((Eerste stoot = trap zijde))
- 16-3 Dubeonjireugi (dubbel stoot –Rechts)
- 17-1 Draai Linker voet richting “Na” Wen apseogi (Loopstand links voor)
- 17-2 Momtong barojireugi (stoot midden – Rechts)
- 18-1 Stap rechter voet richting “Na” Oreun apseogi (Loopstand rechts voor)
- 18-2 Momtong barojireugi (stoot midden – Links)
- 19-1 Wenbal apchagi (Voorwaartse trap links) richting “Na”
- 19-2 Wen apseogi (Loopstand links voor) araemakki (Lage wering Links)
- 19-3 Momtong barojireugi (Stoot midden Rechts)
- 20-1 Oreunbal apchagi (Voorwaartse trap Rechts) richting “Na”
- 20-2 Oreun apseogi (Loopstand Rechts voor) araemakki (Lage wering Rechts)
- 20-3 Momtong barojireugi (Stoot midden Links) Kihap



④ Taeguk Sa jang 태극사장

- 0 Junbi
- 1 Draai Linker voet richtng "Da" Oreun dwittkubi (Achterwaartse stand RECHTS ACHTER) sonnalmakki (Dubbel Open hand block)
- 2 Stap Rechter voet richting "Da" Nullomakki (Neerwaartse open hand block Links) Oreun apkubi (Lange pas – Rechts voor) Pyonsonkeut sewotzireugi (Vertikale Steek Rechts midden)
- 3 Draai rechervoet richting "Ra" Wendwittkubi (Achterwaartse stand LINKS ACHTER) sonnalmakki (Dubbel Open hand block)
- 4 Stap Rechter voet richting "Ra" Nullomakki (Neerwaartse open hand block Rechts) Wen apkubi (Lange pas – Links voor) Pyonsonkeut sewotzireugi (Vertikale Steek Links midden)
- 5 Stap Linker voet richting "Ga" Wen apkubi (Looppas Links voor) Jebipoom mokchigi (dubbele open hand block, Linker hand block hoofd, Rechter hand slag richting nek)
- 6-1 Oreun bal apchagi (Voorwaartse trap Rechts) richting "Ga"
- 6-2 Oreun apkubi (Lange pas rechts voor) Momtong baro jireugi (Midden stoot Links)
- 7 Wenbal yopchagi (Zijwaartse trap – Links)
- 8-1 Oreunbal yopchagi (Zijwaartse trap – Rechts)
- 8-2 Wen dwitkubi (achterwaartse stand –LINKS ACHTER) Sonnal momtongmakki (Dubbel Open hand block)
- 9 Stap linker voet richting "Ra" Oreun dwitkubi (achterwaartse stand –RECHTS ACHTER) Momtong bakkatmakki (Midden afweer Binnen buiten handpalm naar voor)
- 10-1 Oreunbal apchagi (voorwaartse trap Rechts), zet voet terug (achter standbeen)
- 10-2 Oreun dwitkubi (Achterwaartse stand -RECHTS ACHTER) momtonganmakki (Midden afweer buiten Binnen handRug naar voor rechts)
- 11 Draai voeten (Niet verplaatsen) richting "Da" Momtong bakkatmakki (Midden afweer Binnen buiten handpalm naar voor- Rechts)
- 12-1 Wenbal apchagi (voorwaartse trap Links), zet voet terug (achter standbeen)
- 12-2 Wen dwitkubi (Achterwaartse stand -Links ACHTER) momtong anmakki (Midden afweer buiten Binnen handRug naar voor)
- 13 Stap Linker voet richting "Na" Wen apkubi (Looppas Links voor) Jebipoom mokchigi (dubbele open hand block, Linker hand block hoofd, Rechter hand slag richting nek)
- 14-1 Oreunbal apchagi (Voorwaartse trap Rechts)
- 14-2 Oreun apkubi (Lange pas Rechts voor) deungjumok apchigi (Slag hand rug knokkels binnen buiten richting neusbrug)
- 15 Stap linker voet richting "Ra" Wen apseogi (Looppas Links voor) momtongmakki (midden afweer buiten binnen Links)
- 16 Momtong barojireugi (Midden stoot rechts)
- 17 Draai voeten (Niet verplaatsen) richting "Da" Oreun apseogi (Looppas Rechts) Momtong makki (midden afweer buiten binnen Rechts)
- 18 Momtong barojireugi (Midden stoot Links)
- 19-1 Stap linker voet richting "Na" Wen apkubi (Lange pas Links voor) Momtong makki (midden afweer buiten binnen Links)
- 19-2 Dubeon jireugi (Dubbel stoot midden –Links) ((*Eerste stoot =achterste been*))
- 19-3 Dubeon jireugi (Dubbel stoot midden –Rechts)
- 20-1 Stap rechter voet richting "Na" Oreun apkubi (Lange pas Rechts voor) Momtong makki (midden afweer buiten binnen Links)
- 20-2 Dubeon jireugi (Dubbel stoot midden –Links) ((*Eerste stoot =achterste been*))
- 20-3 Dubeon jireugi (Dubbel stoot midden –Rechts) Kihap



⑤ Taeguk O jang 태극오장

- 0 Junbi
- 1 Stap Linker voet richting "Da" Wen apkubi (Lange pas Links voor) Araemakki (Lage wering Links)
- 2 Haal Linker voet terug wen seogi (Dwarspas Links dwars) Mejumeok naeryochigi (Hamerslag Links)
- 3 Stap Rechter voet richting "Ra" Oreun apkubi (Lange pas Rechts voor) Araemakki (Lage wering rechts)
- 4 Haal Rechter voet terug oreun seogi (Dwarspas Rechts dwars) Mejumeok naeryochigi (Hamerslag Links)
- 5-1 Stap Linker voet richting "Ga" Wen apkubi (Lange pas Links voor) Momtongmakki (Midden afweer Links)
- 5-2 Momtong anmakki (Midden afweer Buiten –Binnen Rechts)
- 6-1 Richting "Ga"Oreunbal apchagi (voorwaartse trap Rechts), Oreun apkubi (Lange pas Rechts voor),
- 6-2 Deung jumeok apchigi (Voorwaartse slag rugzijde hand Rechts)
- 6-3 Momtong anmakki (Midden afweer Buiten –Binnen Links)
- 7-1 Richting "Ga"Wenbal apchagi (Voorwaartse trap Links), Wen apkubi (Lange pas Links voor),
- 7-2 Deung jumeok apchigi (Voorwaartse slag rugzijde hand Links)
- 7-3 Momtong anmakki (Midden afweer Buiten –Binnen Rechts)
- 8 Stap richting "Ga"oreun apkubi (Lange pas Rechts voor), Deung jumeok apchigi (Voorwaartse slag rugzijde hand Rechts)
- 9 Verplaats linker voet richting "Ra"Oreun dwitkubi (Achterwaartse stand Rechts achter), Hansonnal bakkatmakki (Open hand block Binnen – Buiten Links)
- 10 Stap rechter voet richting "Ra" Oreun apkubi (Lange pas Rechts voor), Palkup dollyochigi (Ronde elleboog stoot Rechts)
- 11 Draai rechter voet richting "Da" Wen dwitkubi (Achterwaartse stand Links achter), Hansonnal bakkatmakki (Open hand block Binnen – Buiten Rechts)
- 12 Stap Linkervoet richting "Da" Wen apkubi (Lange pas Links voor), Palkup dollyochigi (Ronde elleboog stoot Links)
- 13-1 Draai linker voet richting "Na" Wen apkubi (Lange pas Links voor), Araemakki (Lage wering Links)
- 13-2 Momtong anmakki (Midden afweer Buiten – Binnen Rechts)
- 14-1 Oreunbal apchagi (Voorwaartse trap Rechts)
- 14-2 Araemakki (Lage wering Rechts)
- 14-3 Momtong anmakki (Midden afweer Buiten – Binnen Links)
- 15 Verplaats Linker voet richting "Ra" Wen apkubi (Lange pas Links voor) Olgulmakki (Hoge wering Links)
- 16-1 Oreunbal yopchagi (Zijwaartse trap Rechts)
- 16-2 Oreun apkubi (Lange pas Rechts voor) Palkup pyojeokchigi (doelgerichte ((Open hand rechts))Elleboog stoot Links)
- 17 Draai Rechter voet richting "Da" Oreun apkubi (Lange pas Rechts voor) Olgulmakki (Hoge wering Rechts)
- 18-1 Wenbal yopchagi (Zijwaartse trap Links)
- 18-2 Wen apkubi (Lange pas Links voor) Palkup pyojeokchigi (doelgerichte ((Open hand rechts))Elleboog stoot rechts)
- 19-1 Verplaats Linker voet richting "Na" Wen apkubi (lange pas Links voor), Araemakki (lage wering Links)
- 19-2 Momtong anmakki Midden afweer Buiten – Binnen Rechts)
- 20-1 Oreunbal apchagi (Voorwaartse trap rechts)
- 20-2 Stamp, dwitkoaseogi (Kruis stand Links achter) Deungjumeok apchigi (Voorwaartse slag rugzijde hand rechts)

