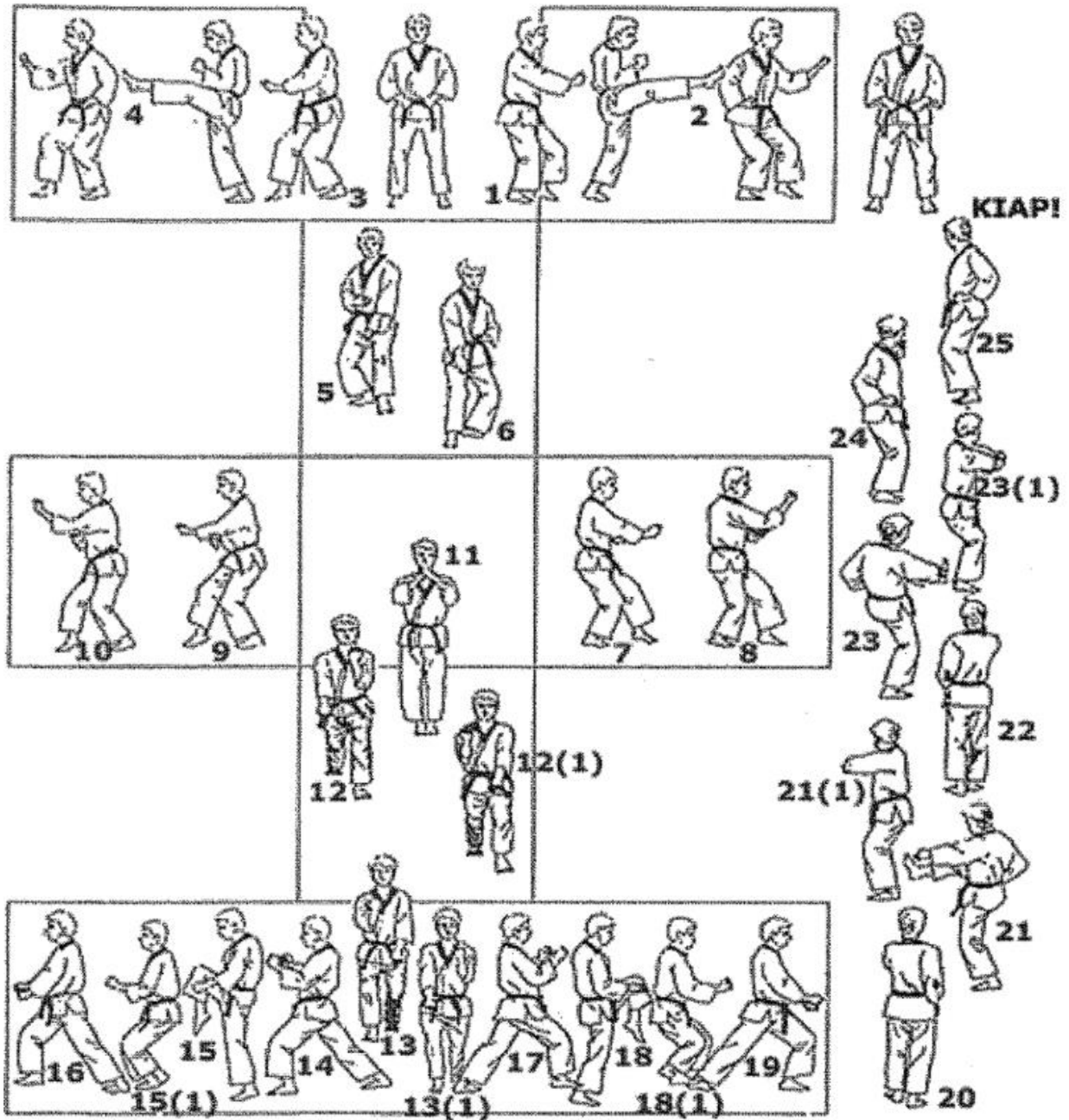
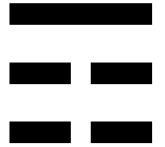


Taegeuk CHIL JANG

Taegeuk 7 Jang symboliserar "Kan", en av de 8 trigrammen, som representerar berget, vilket betyder sparsamhet och fasthet. Nya rörelser är Sonnal Arae Makki, Batangson Kodureomakki, Bo Jumeok Kawimakki, Morup Chigi, Momtong Hechomakki, Du Jumeok Hecho jireugi, Arae Otkoreo Makki, Dung Jumeok Bakkat Chigi, Pyojeok-chagi, Yeop-jireugi och ställningar som Beom-seogi och Jochum-seogi. 2:a Gup-graders övar denna poomsae.



	Steg/Ställning	Koreansk term		Steg (svenska)	Term (svenska)
1	Wen Beom-seogi	Batangson Momtong An Makki	1	Vänster tiger-ställning	Höger mitt- inifrån och nedåt blockering
2	Oreun Ap Chagi (Wen Beom-seogi)	Momtong Makki	2	Höger framåtspark (Vänster tiger-ställning)	Vänster mitt-blockering
3	Oreun Beom-seogi	Batangson Momtong An Makki	3	Höger tiger-ställning	Vänster mitt- inifrån och nedåt blockering
4	Wen Ap Chagi (Oreun Beom-seogi)	Momtong Makki	4	Vänster framåtspark (Höger tiger-ställning)	Höger mitt-blockering
5	Oreun Dwit Kubi-seogi	Sonnal Arae Makki	5	Höger bakställning	Vänster låg knivhandsblockering
6	Wen Dwit Kubi-seogi	Sonnal Arae Makki	6	Vänster bakställning	Höger låg knivhandsblockering
7	Wen Beom-seogi	Batangson Momtong Kodureo An Makki	7	Vänster tiger-ställning	Höger mitt- inifrån och nedåt blockering
8		Oreun Deung Jumeok Ap Chigi	8		Höger uppifrån och ned-slag
9	Oreun Beom-seogi	Batangson Momtong An Makki	9	Höger tiger-ställning	Vänster mitt- inifrån och nedåt blockering
10		Wen Deung Jumeok Ap Chigi	10		Vänster uppifrån och ned-slag
11	Moa-seogi	Bo Jumeok	11	Givakt-ställning	Höger gömd knytnäve
12	Wen Ap Kubi-seogi	Kawi Makki (Wen An Palmokk Momtong Pakkat Makki Oreun Palmok Arae Makki)	12	Vänster långt steg	Sax-blockering (Vänster mitt block / Höger låg block)
13	Oreun Ap Kubi-seogi	Kawi Makki	13	Höger långt steg	Sax-blockering
14	Wen Ap Kubi-seogi	Bakkat Palmok Momtong Hecho Makki	14	Vänster långt steg	Mitt- dubbel blockering
15	Morup Chigi (Oreun Koa-seogi)	Du Jumeok Momtong Jecho Jireugi	15	Höger knä (Höger kors-ställning)	Dubbelt uppåtgående mitt-knytnävsslag
16	Oreun Ap Kubi-seogi	Aare Otkoreo Makki	16	Höger långt steg	Låg X-blockering
17	Oreun Ap Kubi-seogi	Bakkat Palmok Momtong Hecho Makki	17	Höger långt steg	Mitt- dubbel blockering
18	Morup Chigi (Wen Koa-seogi)	Du Jumeok Momtong Jecho Jireugi	18	Vänster knä (Vänster kors-ställning)	Dubbelt uppåtgående mitt-knytnävsslag
19	Wen Ap Kubi-seogi	Aare Otkoreo Makki	19	Vänster långt steg	Låg X-blockering
20	Wen Ap-seogi	Wen Du Jumeok Eolgol Bakkat Chigi	20	Vänster kort steg	Vänster utsidan av knytnäven högt inifrån och ut slag
21	Oreun Pyojeok Chagi (Jochum-seogi)	Oreun Palkup Pyojeok Chigi	21	Höger målspark (ridställning)	Höger armbågs mål-slag
22	Oreun Ap-seogi	Oreun Du Jumeok Eolgol Bakkat Chigi	22	Höger kort steg	Höger utsidan av knytnäven högt inifrån och ut slag
23	Wen Pyojeok Chagi (Jochum-seogi)	Wen Palkup Pyojeok Chigi	23	Vänster målspark (ridställning)	Vänster armbågs mål-slag
24		Wen Han Sonnal Momtong Yoep Makki	24		Vänster knuten knivhands mitt-sida blockering
25	Jochum-seogi	Oreun Jumeok Yeop Jireugi (KIAP)	25	Ridställning	Höger mitt-del sido-slag (SKRIK)