

RÉCAPITULATIF POUR VOS PASSAGES DE CEINTURES AU SEIN DE KUMGANG BEYNE

KEUP	POOMSE	COUPS DE PIED	POSITIONS	KIBON	IL BO DAE RYEUM	HOSINSHUL	1-1
9	SARU CHIREUGI IL JANG	AN NAERYO CHAGI AP CHAGI APCHAOLLIGI BAKKAT NAERYO CHAGI BANDAL CHAGI DOLLYO CHAGI	NARANHI SEOGI JOUNBI SEOGI AP KOUBI AP SEOGI YOUCHOUM SEOGI	ARE MAKKI EOLGOOL MAKKI BAKKAT PALMOEK MOMTONG AN MAKKI MOMTONG JIREUGI	-	-	-
8	YI JANG	YEOP CHAGI DWIT CHAGI	DWIT KOUBI	BAKKAT PALMOEK MOMTONG BAKKAT MAKKI AN PALMOEK MOMTONG BAKKAT MAKKI EOLGOOL JIREUGI	-	-	-
7	SAM JANG	DWIT DOLLYO CHAGI	-	HAN SONNAL MOMTONG BAKKAT MAKKI HAN SONNAL ARE MAKKI HAN SONNAL EOLGOOL MAKKI HAN SONNAL MOK AN CHIGI HAN SONNAL MOK BAKKAT CHIGI	-	-	-
6	SA JANG	IDEM QUE KEUP 7 + MYLLIO AP CHAGI MOMDOLLYO DWIT DOLLYO CHAGI BANDE DOLLYO CHAGI	IDEM QUE KEUP 7	IDEM QUE KEUP 7	3 AUX CHOIX	-	30''
5	OH JANG	IDEM QUE KEUP 6 + TOOMYO AP CHAGI MOMDOLLYO TOOMYO BANDAL CHAGI TOOMYO MYLLIO AP CHAGI TOOMYO BANDAL CHAGI MOMDOLLYO TOOMYO MYLLIO AP CHAGI	IDEM QUE KEUP 6 + PYEONHI SEOGI KOA SEOGI JEBIPOUM	IDEM QUE KEUP 6 + BATANG SON NAERYO MAKKI HAN SONNAL MOMTONG BAKKAT MAKKI BATANG SON AN MAKKI SONNAL MOMTONG BAKKAT MAKKI HAN SONNAL MOK AN CHIGI PYONSONKEUT JIREUGI JEBIPOUM MOKTCHIGI DEUNG JOEMOEK AP CHIGI	3 AVEC MEMBRES SUPÉRIEURS 2 AVEC MEMBRES INFÉRIEURS	-	45''
4	YOUK JANG	IDEM QUE KEUP 5 + MOMDOLLYO YEOP CHAGI MOMDOLLYO BANDE DOLLYO CHAGI MOMDOLLYO DOLLYO CHAGI TOOMYO DWIT CHAGI MOMDOLLYO TOOMYO BANDE DOLLYO CHAGI MOMDOLLYO TOOMYO BAKKAT NAERYO CHAGI HOORYO CHAGI	IDEM QUE KEUP 5 + BEUM SEOGI MOA SEOGI	IDEM QUE KEUP 5	4 AVEC MEMBRES SUPÉRIEURS 4 AVEC MEMBRES INFÉRIEURS 2 AVEC MEMBRES SUPERIEURS ET INFÉRIEURS	5 MOUVEMENTS AU CHOIX.	1'
POUR UNE INFORMATION DÉTAILLÉE ET COMPLETE, CONSULTER LE FASCICULE DU CLUB [HTTP://WWW.KUMGANGBEYNE.BE/LE-CLUB] DANS LA RUBRIQUE [DOCUMENTS À TÉLÉCHARGER]							

KEUP	POOMSE	COUPS DE PIED	POSITIONS	KIBON	IL BO DAE RYEUM	HOSINSHUL	1-1
3	TCHIL JANG	IDEM QUE KEUP 4 + TOOMYO YEOP CHAGI MOMDOLLYO TOOMYO DWIT CHAGI	IDEM QUE KEUP 4+ HAKTARI SEOGI	IDEM QUE KEUP 4+ SONNAL ARE/MOMTONG/EOLGOOL HETCHO MAKKI SONNAL DEUNG MOMTONG/ EOLGOOL HETCHO MAKKI KAOUI MAKKI KEU DEULEU BAKKAT PALMOEK ARE/MOMTONG/EOLGOOL BAKKAT MAKKI SONNAL KAOUI MAKKI EUT KEULEU ARE MAKKI JOEMOEK DANGYO TOK CHIGI JOEMOEK MOMTONG JETCHO JIREUGI	5 AVEC MEMBRES SUPÉRIEURS 5 AVEC MEMBRES INFÉRIEURS 5 AVEC LA CONTRE-ATTAQUE EN COUP DE PIED SAUTÉ	8 MOUVEMENTS AU CHOIX.	1'
2	PAL JANG	IDEM QUE KEUP 3 + BITRO CHAGI DOU BAL DANGSANG CHAGI	IDEM QUE KEUP 3	IDEM QUE KEUP 3	7 AVEC MEMBRES SUPÉRIEURS 9 AVEC MEMBRES INFÉRIEURS 7 AVEC LA CONTRE-ATTAQUE EN COUP DE PIED SAUTÉ	8 EN DÉFENSE 2 EN DÉFENSE D'UNE ATTAQUE AU COUTEAU. 2 EN DÉFENSE D'UNE ATTAQUE AU BÂTON.	1'

POUR UNE INFORMATION DÉTAILLÉE ET COMPLETE, CONSULTER LE FASCICULE DU CLUB [[HTTP://WWW.KUMGANGBEYNE.BE/LE-CLUB](http://www.kumgangbeyne.be/le-club)] DANS LA RUBRIQUE [DOCUMENTS À TÉLÉCHARGER]