01 - Taegeuk IL Jang

1. Signification & symbolique

"KEON" : un des 8 signes de divinations, qui veut dire le paradis/le ciel & le "yang".
Le premier poomsae du système adulte.

2. Nouveaux termes

Résumé des nouveaux termes qui apparaissent dans ce poomsae.

Nom coréen	*Traduction & explication*
Ap	Devant
Wen	Gauche
Oreun	Droite
Arae	Niveau bas
Momtong	Niveau moyen
Olgul	Niveau haut
Bandae	Même jambe, même bras
Baro	Jambe & bras opposés
An	Extérieur vers intérieur
Kubi	Fléchi

3. Les techniques

Résumé des nouvelles techniques qui apparaissent dans ce poomsae. La dernière colonne donne le numéro de la technique à la première apparition de la nouvelle technique.

Nom coréen	*Traduction & explication*	*N° Tech* *	∑ **
Naranhi soegi	Position de départ. Pieds parallèles.	0	2
Ap seogi	Position de marche	1	12
Apkubi seogi	Grande position, jambe avant fléchie	5	4
Arae makki	Blocage bas	1	5
Momtong (An) makki	Blocage moyen	6	2
Olgul makki	Blocage haut	11	2
Momtong bandae jireugi	Coup de poing moyen du même côté que la jambe qui est devant	2	4
Momtong baro jireugi	Coup de poing moyen du côté opposé de la jambe qui est devant	6	4
Ap chagi	Coup de pieds du bas vers le haut	12-1	2

* N° tech. : numéro, ordre chronologique, de la technique dans l'organigramme/schéma globale.
** ∑: total du nombre de chacune des techniques dans le poomsae.

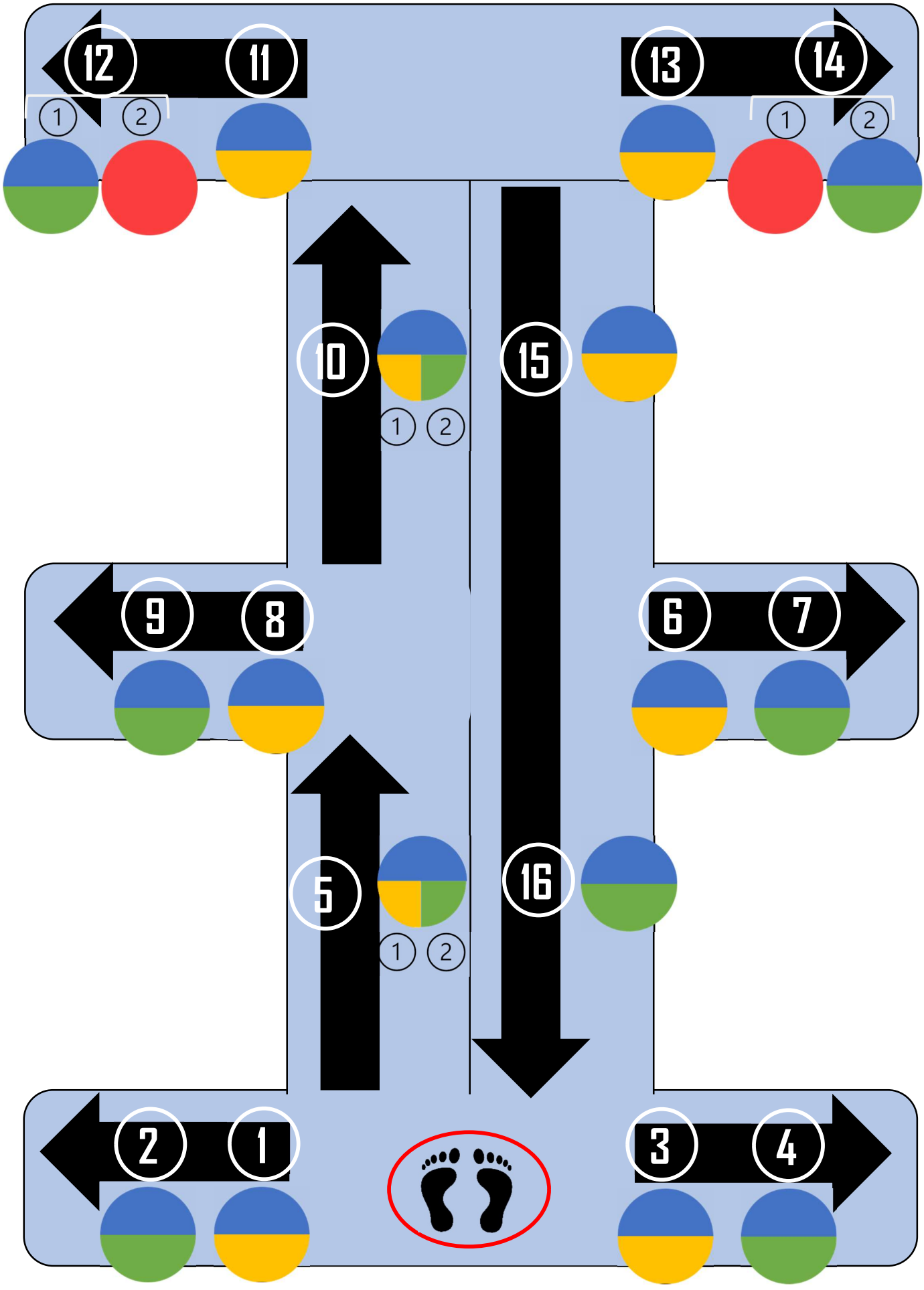
4. Chronologie de toutes les Techniques

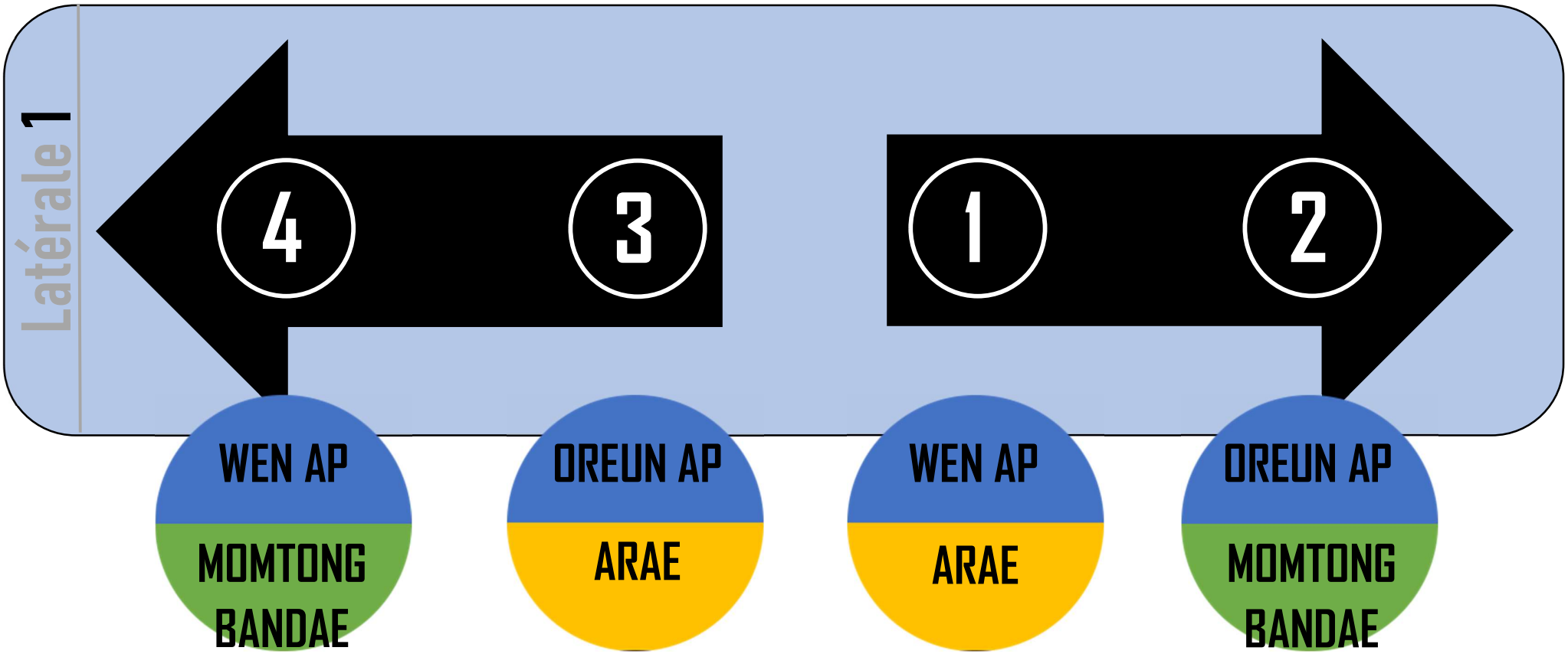
Les 2 premières colonnes donnent le numéro d'exécution, ordre temporel.

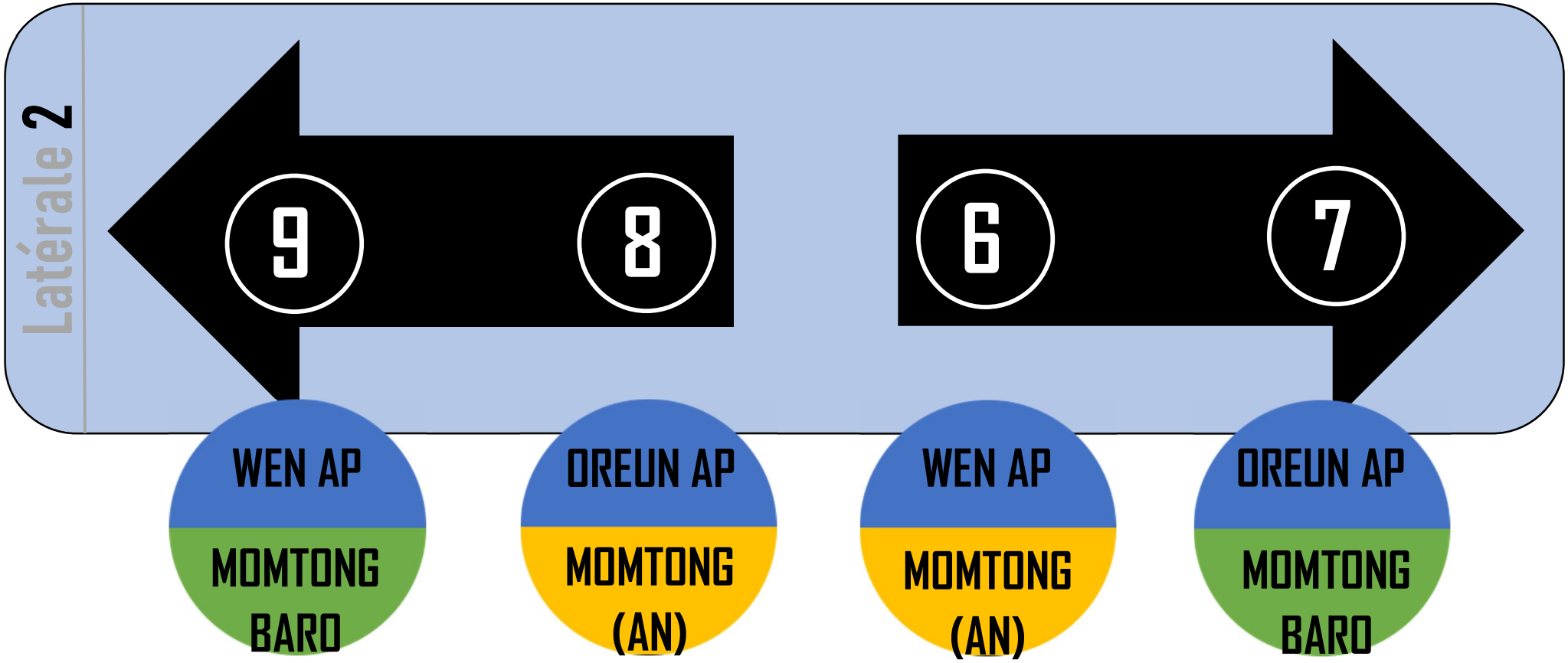
Ordre temporel		Latérale	Médiane	Direction	Soegi	Makki	Jireugi	Chagi	Chigi	Tzireugi
1		1			Owen Ap	Arae				
2		1			Ap		Momtong bandae			
3		1			Ap	Arae				
4		1			Ap		Momtong bandae			
5	1		1-P1		Apkubi	Arae				
	2		1-P1				Momtong baro			
6		2			Ap	Momtong An				
7		2			Ap		Momtong baro			
8		2			Ap	Montong An				
9		2			Ap		Momtong baro			
10	1		1-P2		Apkubi	Arae				
	2		1-P2				Momtong baro			
11		3			Ap	Olgul				
12	1	3						Ap		
	2	3			Ap		Momtong bandae			
13		3			Ap	Olgul				
14	1	3						Ap		
	2	3			Ap		Momtong bandae			
15			2		Apkubi	Arae				
16			2		Apkubi					

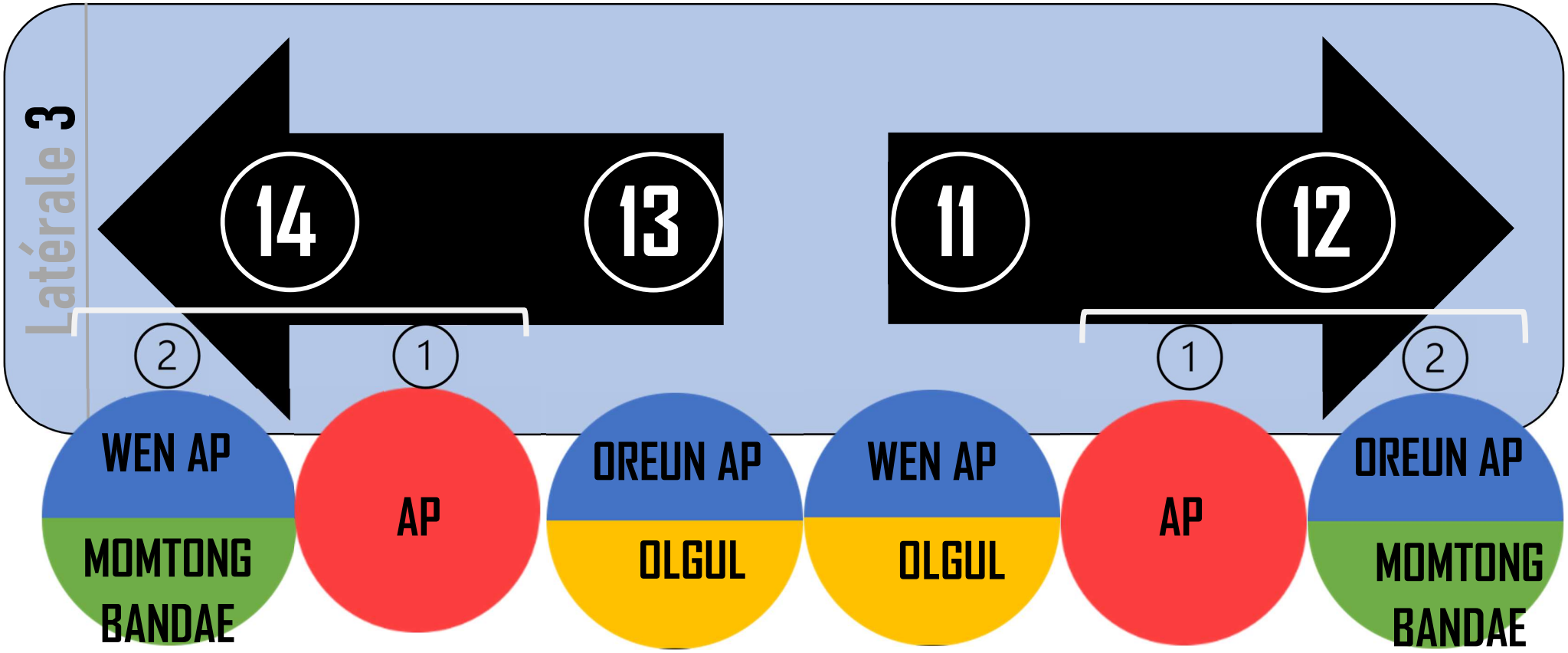
Ordre chronologique d'exécution des médianes & latérales :

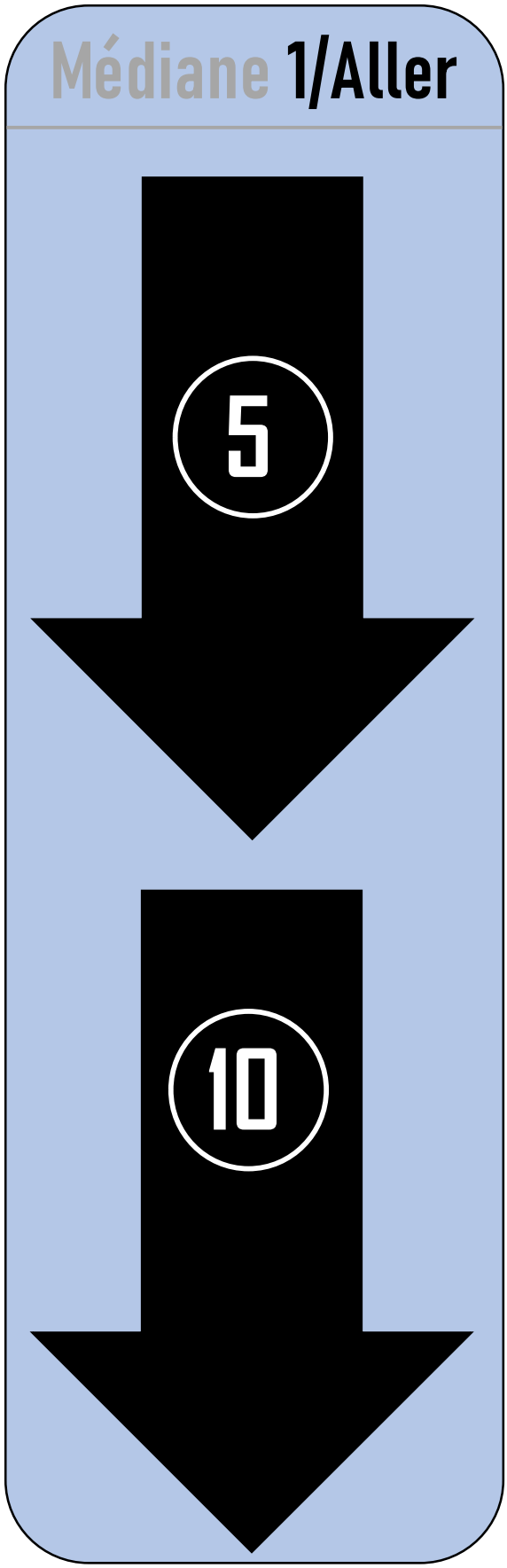
L1 ➡ M1 – P1 ➡ L2 ➡ M1 – P2 ➡ L3 ➡ M2

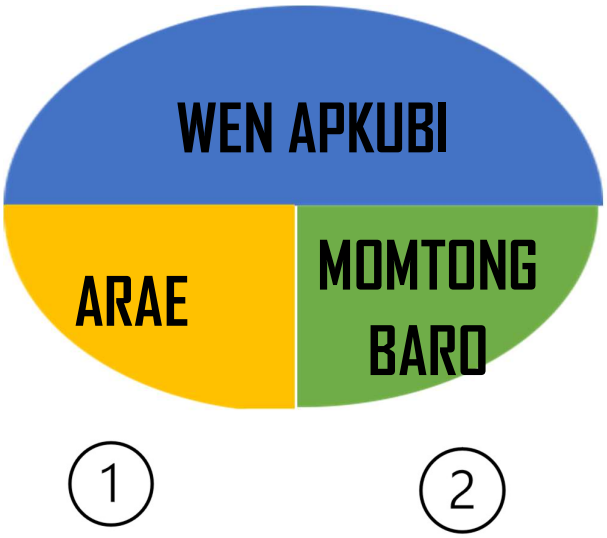

12
11
1
2
13
14
1
2
10
15
1
2
9
8
6
7
5
16
1
2
2
1
3
4

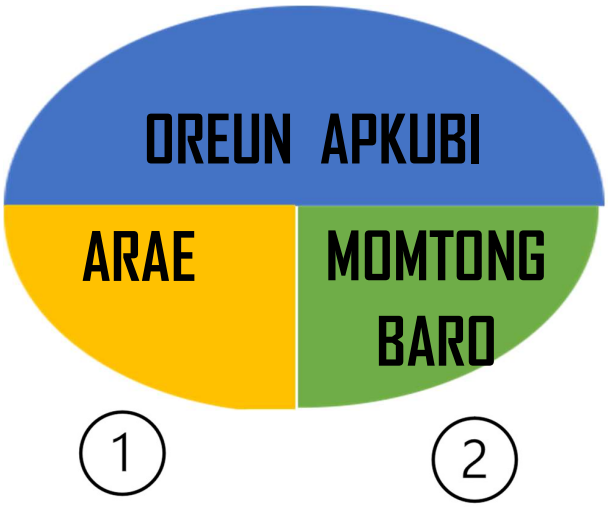

Latérale 1
4
3
1
2
WEN AP
MOMTONG BANDAE
OREUN AP
ARAE
WEN AP
ARAE
OREUN AP
MOMTONG BANDAE

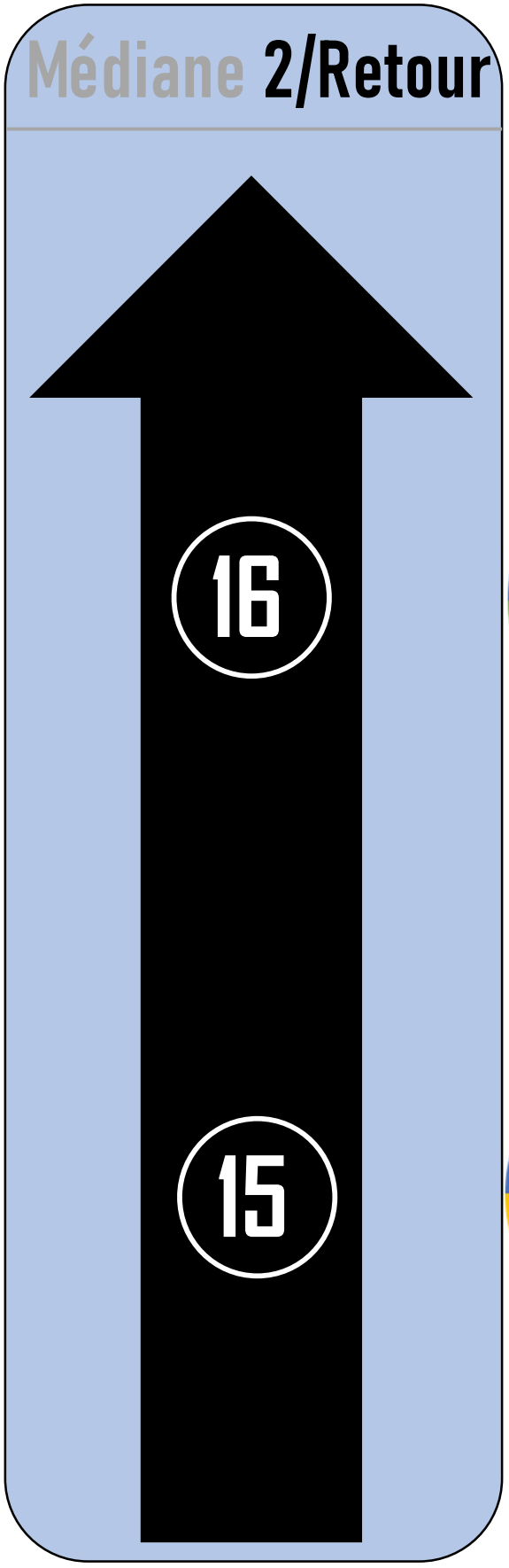

Latérale 2
9
8
6
7
WEN AP
MOMTONG
BARO
OREUN AP
MOMTONG
(AN)
WEN AP
MOMTONG
(AN)
OREUN AP
MOMTONG
BARO


Latérale 3
14
13
11
12
2
1
1
2
WEN AP
MOMTONG BANDAE
AP
OREUN AP
OLGUL
WEN AP
OLGUL
AP
OREUN AP
MOMTONG BANDAE


Médiane 1/Aller
5
10


WEN APKUBI
ARAE
MOMTONG BARO
1
2


OREUN APKUBI
ARAE
MOMTONG BARO
1
2



OREUN APKUBI

MOMTONG BANDAE

WEN APKUBI

ARAE