PO-EUN – tarkat liikkeet

Liikkeet suuntineen ja asentoineen · 36 liikettä

Po-Eun on oppineen ja runoilijan Chong Mong-Chun (n. 1400) nimimerkki. Hänet tunnetaan runosta, jossa hän vakuuttaa ettei palvelisi toista hallitsijaa vaikka joutuisi kuolemaan sata kertaa, ja hän oli myös fysiikan uranuurtaja. Viivakuvio kuvaa hänen horjumatonta uskollisuuttaan kuninkaalle ja maalle Koryo-dynastian loppuaikoina. Liikesarja kuuluu 2. dan -kokeeseen.

Nro	Liike
	Valmisasento (junbi jase): rinnakkaisasento taivaankädellä (narani so hanulson), D:hen
1	Vasen jalka B:hen: oikea L-asento B:hen, keskikorkea suojatorjunta (daebi makgi) B:hen kyynärvarrella
2	Oikea jalka vasemman polvinivelen viereen: vasen yhden jalan asento (waebal sogi) D:hen, molemmat nyrkit ylös ja katse käännetään A:han
3	Painopotku (noollo chagi) A:han oikealla jalalla, kädet kuten liikkeessä 2, vasen yhden jalan asento D:hen säilyy (liikkeet 3–11 nopeana liikkeenä)
4	Oikea jalka alas A:han: istuma-asento D:hen, keskikorkea isku A:han oikealla veitsikädellä
5	Kulmalyönti (giokja jirugi) vasemmalla nyrkillä, istuma-asento D:hen säilyy
6	Painotorjunta (noollo makgi) vasemmalla etunyrkillä ja samalla keskikorkea sivuetutorjunta oikealla sisäkyynärvarrella, istuma-asento D:hen säilyy
7	Painotorjunta oikealla etunyrkillä ja keskikorkea sivuetutorjunta vasemmalla sisäkyynärvarrella, istuma-asento D:hen säilyy
8	Keskikorkea levittävä torjunta (hechyo makgi) sisäkyynärvarrella, istuma-asento D:hen säilyy
9	Työntö C:hen oikealla takakyynärpäällä, oikeaa etunyrkkiä tuetaan vasemmalla kämmenellä, katse kuten liikkeessä 8, istuma-asento D:hen säilyy
10	Keskilyönti D:hen oikealla nyrkillä, vasen kämmen liukuu oikean kyynärnivelen luo, istuma-asento D:hen säilyy
11	Työntö C:hen vasemmalla takakyynärpäällä, vasenta etunyrkkiä tuetaan oikealla kämmenellä, katse kuten liikkeessä 10, istuma-asento D:hen säilyy
12	Oikea vaakalyönti A:han, istuma-asento D:hen säilyy (liikkeet 6–12 jatkuvana liikkeenä)
13	Vasen jalka oikean yli: oikea X-asento D:hen, matala etutorjunta D:hen oikealla ulkokyynärvarrella, vasen sormenpehmuste oikean kyynärvarren alapuolelle
14	Oikea jalka A:han: vasen L-asento A:han, U-ote A:han
15	Vasen jalka oikean viereen: lähiasento D:hen, vaakasuora kaksoiskyynärpäätyöntö, katse käännetään B:hen (hidas liike)
16	Vasen jalka B:hen: istuma-asento D:hen, sivu-taka-isku C:hen oikealla nyrkinselällä, vasen käsi ojennetaan sivulle alas
17	Oikea jalka vasemman yli: vasen X-asento D:hen, matala etutorjunta vasemmalla ulkokyynärvarrella, oikea sormenpehmuste vasemman sivunyrkin luo
18	Vasen jalka B:hen: istuma-asento D:hen, matala suojatorjunta B:hen käänteisellä veitsikädellä
19	Keskikorkea suojatorjunta A:han, vasen L-asento A:han vasemman jalan varassa kääntyen
20	Vasen jalka oikean polvinivelen viereen: oikea yhden jalan asento D:hen, nouseva lyönti A:han oikealla nyrkillä, katse käännetään B:hen
21	Painopotku B:hen vasemmalla jalalla, kädet kuten liikkeessä 20, oikea yhden jalan asento D:hen säilyy (liikkeet 21–29 nopeana liikkeenä)
22	Vasen jalka alas B:hen: istuma-asento D:hen, keskikorkea isku B:hen vasemmalla veitsikädellä
23	Kulmalyönti oikealla nyrkillä, istuma-asento D:hen säilyy
24	Painotorjunta oikealla etunyrkillä ja keskikorkea sivuetutorjunta vasemmalla sisäkyynärvarrella, istuma-asento D:hen säilyy
25	Painotorjunta vasemmalla etunyrkillä ja keskikorkea sivuetutorjunta oikealla sisäkyynärvarrella, istuma-asento D:hen säilyy
26	Keskikorkea levittävä torjunta sisäkyynärvarrella, istuma-asento D:hen säilyy
27	Työntö C:hen vasemmalla takakyynärpäällä, vasenta etunyrkkiä tuetaan oikealla kämmenellä, katse kuten liikkeessä 26, istuma-asento D:hen säilyy
28	Keskilyönti vasemmalla nyrkillä, oikea kämmen liukuu vasemman kyynärnivelen luo, istuma-asento D:hen säilyy
29	Työntö C:hen oikealla takakyynärpäällä, oikeaa etunyrkkiä tuetaan vasemmalla kämmenellä, katse kuten liikkeessä 28, istuma-asento D:hen säilyy
30	Vaakalyönti B:hen vasemmalla nyrkillä, istuma-asento D:hen säilyy (liikkeet 24–30 jatkuvana liikkeenä)

© Kalevi Mannermaa – Kaikki oikeudet pidätetään 2026 · www.itf.fi · Versio 2 · Sivu 1/2
Beom · Sasaja · Stadin TKD · Powered by Kamppailukorporaatio

Nro	Liike
31	Oikea jalka vasemman yli: vasen X-asento D:hen, matala etutorjunta vasemmalla ulkokyynärvarrella, oikea sormenpehmuste vasemman kyynärvarren alapuolelle
32	Vasen jalka B:hen: oikea L-asento B:hen, U-ote B:hen
33	Oikea jalka vasemman viereen: lähiasento D:hen, kaksoissivukyynärpäätyöntö, katse käännetään A:han (hidas liike)
34	Oikea jalka A:han: istuma-asento D:hen, sivu-taka-isku C:hen vasemmalla nyrkinselällä, oikea käsi ojennetaan sivulle alas
35	Vasen jalka oikean yli: oikea X-asento D:hen, matala etutorjunta oikealla ulkokyynärvarrella, vasen sormenpehmuste oikean sivunyrkin luo
36	Oikea jalka A:han: istuma-asento D:hen, matala suojatorjunta A:han käänteisellä veitsikädellä
	Lopuksi: tuo vasen jalka takaisin valmisasentoon. Lähde: Encyclopedia, nide 11 (tarkistettu skannauksista); McPhailin kokoelmaa käytetty ristiintarkistukseen.

© Kalevi Mannermaa – Kaikki oikeudet pidätetään 2026 · www.itf.fi · Versio 2 · Sivu 2/2
Beom · Sasaja · Stadin TKD · Powered by Kamppailukorporaatio