JUCHE – tarkat liikkeet

Liikkeet suuntineen ja asentoineen · 45 liikettä

Juche on filosofinen ajatus siitä, että ihminen on maailman ja oman kohtalonsa herra. Encyclopedian mukaan ajatus juontaa juurensa Baekdu-vuoreen, joka symboloi Korean kansan henkeä, ja viivakuvio esittää tätä vuorta. Liikesarjassa on 45 liikettä, ja se kuuluu 3. dan -kokeeseen.

Nro	Liike
	Valmisasento (junbi jase): rinnakkaisasento kaksoissivukyynärpäillä, D:hen
1	Vasen jalka B:hen: istuma-asento D:hen, rinnakkaistorjunta sisäkyynärvarrella
2	Keskikorkea koukkutorjunta (golcho makgi) D:hen oikealla kämmenellä, samalla noustaan ylös D:hen
3	Keskilyönti D:hen vasemmalla nyrkillä, istuma-asento D:hen (liikkeet 2 ja 3 jatkuvana liikkeenä)
4	Oikea käänteinen veitsireuna vasemman polvinivelen viereen: vasen yhden jalan asento (waebal sogi) D:hen, rinnakkaistorjunta ulkokyynärvarrella
5	Keskikorkea sivupotku (yopcha jirugi) A:han ja sen jälkeen korkea käänteinen koukkupotku B:hen peräkkäin oikealla jalalla, kädet kuten liikkeessä 4 (hidas liike)
6	Oikea jalka alas B:hen hypäten: oikea X-asento F:ään, alaspäin isku B:hen oikealla nyrkinselällä
7	Keskikorkea koukkupotku ja sen jälkeen korkea sivupotku F:ään peräkkäin vasemmalla jalalla
8	Vasen jalka alas F:ään polkaisten: istuma-asento B:hen, korkea ulospäin ristivetoisku F:ään vasemmalla litteällä sormenpäällä
9	Korkea kyynärpääisku BF:ään oikealla kyynärpäällä, oikeaa sivunyrkkiä painetaan vasemmalla kämmenellä, vasen kävelyasento BF:ään
10	Vasen jalka oikean yli: oikea X-asento B:hen, matala etutorjunta B:hen vasemmalla käänteisellä veitsikädellä, oikea sormenpehmuste vasemman kyynärvarren selkäpuolelle
11	Oikea jalka A:han: vasen L-asento A:han, keskikorkea suojatorjunta (daebi makgi) A:han veitsikädellä
12	Ilmaisku A:han vasemmalla veitsikädellä vastapäivään pyörien, lasku A:han: oikea L-asento A:han, vasen käsi ojennettuna
13	Oikea jalka A:han: istuma-asento D:hen, rinnakkaistorjunta sisäkyynärvarrella
14	Keskikorkea koukkutorjunta D:hen vasemmalla kämmenellä, samalla noustaan ylös D:hen
15	Keskilyönti D:hen oikealla nyrkillä, istuma-asento D:hen (liikkeet 14 ja 15 jatkuvana liikkeenä)
16	Vasen käänteinen veitsireuna oikean polvinivelen viereen: oikea yhden jalan asento D:hen, rinnakkaistorjunta ulkokyynärvarrella
17	Keskikorkea sivupotku B:hen ja sen jälkeen korkea käänteinen koukkupotku A:han peräkkäin vasemmalla jalalla, kädet kuten liikkeessä 16 (hidas liike)
18	Vasen jalka alas A:han hypäten: vasen X-asento E:hen, alaspäin isku vasemmalla nyrkinselällä
19	Keskikorkea koukkupotku ja sen jälkeen korkea sivupotku E:hen peräkkäin oikealla jalalla
20	Oikea jalka alas E:hen polkaisten: istuma-asento A:han, korkea ulospäin ristivetoisku E:hen oikealla litteällä sormenpäällä
21	Korkea kyynärpääisku AE:hen vasemmalla kyynärpäällä, vasenta sivunyrkkiä painetaan oikealla kämmenellä, oikea kävelyasento AE:hen
22	Oikea jalka vasemman yli: vasen X-asento A:han, matala etutorjunta A:han oikealla käänteisellä veitsikädellä, vasen sormenpehmuste oikean kyynärvarren selkäpuolelle
23	Vasen jalka B:hen: oikea L-asento B:hen, keskikorkea suojatorjunta B:hen veitsikädellä
24	Ilmaisku B:hen oikealla veitsikädellä myötäpäivään pyörien, lasku B:hen: vasen L-asento B:hen, oikea käsi ojennettuna
25	Hakkupotku B:hen vasemmalla jalalla, jalka lasketaan B:hen: oikea takajalka-asento (dwitbal sogi) B:hen, keskikorkea suojatorjunta kyynärvarrella
26	Oikea jalka vasemman viereen: lähiasento taivaankädellä D:hen (hidas liike)
27	Liuku C:hen: vasen takajalka-asento D:hen, alaspäin työntö oikealla suoralla kyynärpäällä
28	Korkea puolikuuisku vasemmalla kaarikädellä, oikea kävelyasento D:hen oikeaa jalkaa liu'uttaen
29	Liuku C:hen: oikea takajalka-asento D:hen, alaspäin työntö vasemmalla suoralla kyynärpäällä
30	Korkea puolikuuisku oikealla kaarikädellä, vasen kävelyasento D:hen vasenta jalkaa liu'uttaen
31	Vasen jalka C:hen: oikea kävelyasento D:hen, korkea sisäänpäin isku D:hen kaksoisveitsikädellä
32	Oikea jalka C:hen: vasen kävelyasento D:hen, alaspäin lyönti oikealla nyrkillä
33	Vasen jalka oikean jalan takasivulle, sitten liuku C:hen: oikea L-asento D:hen, alaspäin torjunta vasemmalla ulkokyynärvarrella

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

Nro	Liike
34	Käänteinen kierrepotku D:hen oikealla jalalla lentäen poispäin suunnasta D, sitten lasku C:hen: vasen L-asento D:hen, samalla keskikorkea suojatorjunta D:hen kyynärvarrella
35	Oikea jalka vasemman jalan takasivulle, sitten liuku C:hen: vasen L-asento D:hen, alaspäin torjunta oikealla ulkokyynärvarrella
36	Käänteinen kierrepotku D:hen vasemmalla jalalla lentäen poispäin suunnasta D, sitten lasku C:hen: oikea L-asento D:hen, samalla keskikorkea suojatorjunta D:hen kyynärvarrella
37	Oikea jalka D:hen ja vasen jalka D:hen, sitten kaksisuuntainen lentopotku, jossa vääntöpotku (bituro chagi) vasemmalla ja sivupotku oikealla jalalla, lentäen D:hen
38	Lasku D:hen: vasen vinoasento (sasun sogi) D:hen, nouseva torjunta (chookyo makgi) kaksoiskämmenellä
39	Liuku D:hen: oikea takajalka-asento C:hen, sivutyöntö D:hen oikealla kyynärpäällä
40	Käännä katse D:hen: oikea taivutettu valmisasento B, suunta C:hen, sitten keskikorkea takapotku D:hen vasemmalla jalalla (hidas liike)
41	Vasen jalka alas D:hen polkaisten: oikea L-asento D:hen, vaakaisku D:hen vasemmalla nyrkinselällä
42	Korkea sisäänpäin ristivetoisku D:hen oikealla litteällä sormenpäällä, oikea jalka vedetään: rinnakkaisasento D:hen
43	Etulyönti ja käänteislyönti (dwijibo jirugi) D:hen peräkkäin oikealla nyrkillä lentäen D:hen, lasku D:hen: lähiasento D:hen, oikea nyrkki ojennettuna
44	Oikea jalka D:hen: oikea kävelyasento D:hen, alaspäin etuisku vasemmalla veitsikädellä
45	Vasen jalka D:hen: vasen kävelyasento D:hen, keskilyönti D:hen oikealla nyrkillä
	Lopuksi: tuo oikea jalka takaisin valmisasentoon. Lähde: Encyclopedia, nide 12 (tarkistettu skannauksista); McPhailin kokoelmaa käytetty ristiintarkistukseen.