TONG-IL – tarkat liikkeet

Liikkeet suuntineen ja asentoineen · 56 liikettä

Tong-Il ilmaisee päättäväisyyttä yhdistää Korea, joka on ollut jaettuna vuodesta 1945. Viivakuvio symboloi yhtenäistä kansaa. Liikesarjassa on 56 liikettä, ja se kuuluu 7. dan -kokeeseen.

Nro	Liike
	Valmisasento (junbi jase): rinnakkaisasento päällekkäisillä kämmenselillä, D:hen
1	Oikea jalka C:hen: vasen kävelyasento D:hen, keskilyönti D:hen kaksoisnyrkillä (hidas liike)
2	Vasen jalka C:hen: oikea kävelyasento D:hen, vaakaisku kaksoisveitsikädellä (hidas liike)
3	Vasen jalka D:hen: oikea takajalka-asento (dwitbal sogi) D:hen, keskikorkea sisäänpäin torjunta D:hen vasemmalla ulkokyynärvarrella
4	Matala sisäänpäin torjunta D:hen oikealla kämmenellä, vasen kävelyasento D:hen oikeaa jalkaa liu'uttaen, vasen sivunyrkki oikean olkapään eteen
5	Oikea jalka D:hen: vasen L-asento D:hen, keskilyönti D:hen oikealla nyrkillä
6	Keskilyönti D:hen vasemmalla nyrkillä, vasen L-asento D:hen säilyy (liikkeet 5 ja 6 nopeana liikkeenä)
7	Vasen jalka polkaisten D:hen: oikea L-asento D:hen, korkea isku D:hen vasemmalla kämmenselällä
8	Sisäänpäin pystypotku vasempaan kämmeneen oikealla käänteisellä veitsireunalla
9	Oikea jalka alas D:hen polkaisten: vasen L-asento D:hen, korkea isku D:hen oikealla kämmenselällä
10	Sisäänpäin pystypotku oikeaan kämmeneen vasemmalla käänteisellä veitsireunalla
11	Vasen jalka alas D:hen, sitten vaakatorjunta kaksoiskämmenellä: oikea L-asento D:hen vasenta jalkaa liu'uttaen (hidas liike)
12	Oikea jalka D:hen: oikea kävelyasento D:hen, korkea sivutorjunta D:hen oikealla käänteisellä veitsikädellä (hidas liike)
13	Keskikorkea sivutorjunta D:hen vasemmalla käänteisellä veitsikädellä, oikea kävelyasento D:hen säilyy (hidas liike)
14	Keskilyönti D:hen oikealla nyrkillä, oikea kävelyasento D:hen säilyy
15	Keskilyönti D:hen vasemmalla nyrkillä, oikea kävelyasento D:hen säilyy (liikkeet 14 ja 15 nopeana liikkeenä)
16	Alaspäin potku AC:hen oikealla jalalla, kädet kuten liikkeessä 15
17	Oikea jalka alas C:hen polkaisten: vasen L-asento C:hen, alaspäin isku C:hen oikealla nyrkinselällä
18	Ulospäin pystypotku BC:hen vasemmalla jalalla, kädet kuten liikkeessä 17
19	Vasen jalka alas C:hen polkaisten: oikea L-asento C:hen, alaspäin isku C:hen vasemmalla nyrkinselällä
20	Ylälyönti D:hen vasemmalla nyrkillä, oikea kävelyasento D:hen vasemman jalan varassa kääntyen
21	Ylälyönti D:hen oikealla nyrkillä, oikea kävelyasento D:hen säilyy (liikkeet 20 ja 21 nopeana liikkeenä)
22	Vasen jalka D:hen: oikea takajalka-asento D:hen, ylöspäin torjunta vasemmalla jousirannella
23	Oikea jalka D:hen: vasen takajalka-asento D:hen, ylöspäin torjunta oikealla jousirannella
24	Vasen jalka C:hen: vasen kävelyasento C:hen, painotorjunta (noollo makgi) vasemmalla kämmenellä
25	Oikea jalka C:hen: oikea kävelyasento C:hen, painotorjunta oikealla kämmenellä (liikkeet 24 ja 25 hitaasti)
26	Vasen jalka oikean viereen: lähiasento C:hen, molemmat kämmenselät kaarevalla liikkeellä alavatsan eteen, oikea veitsikäsi iskee vasempaan kämmeneen
27	Vasen jalka D:hen: vasen kävelyasento D:hen, nouseva torjunta (chookyo makgi) vasemmalla veitsikädellä
28	Ylälyönti D:hen oikealla nyrkillä, vasen kävelyasento D:hen säilyy
29	Liuku D:hen: vasen L-asento D:hen, käänteislyönti (dwijibo jirugi) D:hen vasemmalla nyrkillä, oikea sivunyrkki vasemman olkapään eteen
30	Oikea jalka C:hen: vasen kävelyasento D:hen, korkea työntö D:hen oikealla kulmasormenpäällä
31	Vasen jalka linjaa CD pitkin: oikea kävelyasento C:hen, nouseva torjunta oikealla veitsikädellä
32	Ylälyönti C:hen vasemmalla nyrkillä, oikea kävelyasento C:hen säilyy
33	Liuku C:hen: oikea L-asento C:hen, käänteislyönti C:hen oikealla nyrkillä, vasen sivunyrkki oikean olkapään eteen
34	Vasen jalka D:hen: oikea kävelyasento C:hen, korkea työntö vasemmalla kulmasormenpäällä
35	Matala suojatorjunta (daebi makgi) C:hen käänteisellä veitsikädellä kaarevasti, vasen L-asento C:hen vasemman jalan varassa kääntyen
36	Matala suojatorjunta D:hen käänteisellä veitsikädellä kaarevasti, oikea L-asento D:hen oikean jalan varassa kääntyen
37	Matala torjunta oikealla kyynärvarrella ja keskikorkea sivuetutorjunta vasemmalla veitsikädellä, vasen kävelyasento D:hen vasenta jalkaa liu'uttaen

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

Nro	Liike
38	Oikea jalka polkaisten D:hen: oikea kävelyasento D:hen, korkea pystylyönti D:hen kaksoisnyrkillä
39	Oikea käänteinen veitsireuna vasemman polvinivelen viereen: vasen yhden jalan asento (waebal sogi) D:hen, oikean kyynärvarren selkäpuoli iskee vasempaan kämmeneen
40	Keskikorkea takapotku C:hen oikealla jalalla, kädet vedetään vastakkaisiin suuntiin
41	Oikea jalka alas C:hen: istuma-asento A:han, W-torjunta ulkokyynärvarsilla
42	Liuku C:hen, istuma-asento A:han säilyy, W-torjunta ulkokyynärvarsilla
43	Oikea jalka D:hen polkaisten ja käännös vastapäivään: istuma-asento B:hen, W-torjunta ulkokyynärvarsilla
44	Liuku C:hen, istuma-asento B:hen säilyy, W-torjunta ulkokyynärvarsilla
45	Vasen käänteinen veitsireuna oikean polvinivelen viereen: oikea yhden jalan asento C:hen, vasemman kyynärvarren selkäpuoli iskee oikeaan kämmeneen
46	Keskikorkea takapotku D:hen vasemmalla jalalla, kädet vedetään vastakkaisiin suuntiin
47	Vasen jalka alas C:hen hypäten: vasen X-asento C:hen, painotorjunta X-nyrkillä
48	Oikea jalka D:hen: vasen kävelyasento C:hen, etuisku vasemmalla alanyrkillä
49	Oikea jalka C:hen: oikea kävelyasento C:hen, etuisku oikealla alanyrkillä
50	Keskikorkea työntötorjunta C:hen vasemmalla kämmenellä, oikea kävelyasento C:hen säilyy
51	Kehätorjunta (dollimyo makgi) AD:hen oikealla veitsikädellä, vasen kävelyasento AD:hen
52	Vasen jalka C:hen: vasen kävelyasento C:hen, keskikorkea työntötorjunta C:hen oikealla kämmenellä
53	Kehätorjunta BD:hen vasemmalla veitsikädellä, oikea kävelyasento BD:hen
54	Keskikorkea sivupotku (yopcha jirugi) D:hen oikealla jalalla, kyynärvarsisuojatorjunta, sitten jalka vasemman viereen: lähiasento D:hen, kaksoistakakyynärpäätyöntö sivulle
55	Vasen jalka D:hen: istuma-asento A:han, keskikorkea sivulyönti D:hen vasemmalla nyrkillä
56	Keskilyönti D:hen oikealla nyrkillä, vasen kävelyasento D:hen vasemman jalan varassa kääntyen
	Lopuksi: tuo oikea jalka takaisin valmisasentoon. Lähde: Encyclopedia, nide 15 (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