U-NAM

42 liikettä

U-Nam (myös Woo-Nam) on Korean ensimmäisen presidentin Syngman Rheen salanimi. 42 liikkeen liikesarja syntyi ennen vuotta 1959, ja se on tiettävästi vain Choi Hong Hin vuoden 1959 kirjassa. Rheen erottua 1960 liikesarja poistettiin ohjelmasta; osia siitä käytettiin Choong-Jangissa. Nimi tarkoittaa "etelään liikkuvaa pilveä"; liikesarja kehittää ketteryyttä etenemisellä ja perääntymisellä. Löytyi uudelleen kirjasta 2013, ja sen alkuperä ja tulkinnat ovat osin kiistanalaisia. VAHVISTAMATON: tämä lista on Dr. George Vitalen vuoden 2013 koosteesta. Nick Campbellin Volume 16 (2016) pitää U-Namia 5. danin liikesarjana ja kuvaa sen eri tavoin (suljettu valmisasento A; liike 1 on istuma-asento, jossa sivuetutorjunta ja alatorjunta ristissä). Lista päivitetään, kun Volume 16 -kirja on saatu.

Nro	Liike
	Vitalen 2013 -lista: rinnakkaisvalmisasento, kädet ristissä rinnan edessä (X-kämmenselät). Volume 16: suljettu valmisasento A D:hen
1	Oikea jalka: istuma-asento, sivuetutorjunta
2	Käsien paikan vaihto
3	Oikea jalka: vasen kulmalyönti
4	Askel vasemmalla C:hen: kävelyasento, kaksoisnyrkki pystylyönti
5	Askel oikealla C:hen: kävelyasento, kämmenselkäisku sivusta eteen; vasen nyrkki oikean kyynärpään alle
6	Oikea kämmenselkäisku sivusta taakse D:hen, oikea kävelyasento säilyy, vasen käsi ojennettuna C:hen
7	Askel vasemmalla C:hen: kävelyasento, kämmenselkäisku sivusta eteen; oikea nyrkki vasemman kyynärpään alle
8	Vasen kämmenselkäisku sivusta taakse D:hen, vasen kävelyasento säilyy, oikea käsi ojennettuna C:hen
9	Askel oikealla C:hen: kävelyasento, samanpuolinen keskilyönti (baro jirugi)
10	Käännös vastapäivään oikealla jalalla ja liuku D:hen: kaksoiskyynärvarsitorjunta kävelyasennossa
11	Matala sivupotku C:hen oikealla jalalla
12	Oikea jalka C:hen: kävelyasento, samanpuolinen lyönti C:hen
13	Vasen polvi alas, kädet A:han
14	Korkea kierrospotku C:hen
15	Oikea nyrkkilyönti C:hen, vasen polvi maassa, vasen käsi tukena lattiassa
16	Oikea jalka D:hen: oikea L-asento, vasen kauhaiseva torjunta C:hen päin
17	Vasen jalka D:hen: vasen L-asento, vastakkaispuolen lyönti oikealla nyrkillä C:hen
18	Vasen jalka C:hen: kävelyasento, X-nyrkki painotorjunta
19	Oikea polvipotku C:hen, molemmat kädet vasemmalle lonkalle
20	Oikea jalka D:hen: L-asento, veitsikäsi sivuisku C:hen
21	Kaksoisaskel oikealla C:hen: vasen kävelyasento, etukyynärpäisku
22	Vasen jalka oikean polven viereen, nyrkit oikealle lonkalle (yhden jalan asento)
23	Vasen sivusnap-potku ja vaakasuora kämmenselkälyönti A:han
24	Vasen jalka AC:hen: L-asento, X-veitsikäsi painotorjunta
25	Oikea jalka D:hen: vasen kävelyasento, avokämmenlyönti oikealla kädellä C:hen
26	Kämmenkoukkutorjunta vasemmalla kädellä C:hen
27	Oikea etusnap-potku C:hen
28	Oikea jalka C:hen, käännös vastapäivään, nyrkit vasemmalle lonkalle: kävelyasento D:hen
29	Vasen jalka istuma-asentoon: kyynärvarsi W-torjunta
30	Vasen jalka D:hen: vasen nouseva kyynärvarsitorjunta D:hen
31	Siirtyminen C:hen: X-nyrkki painotorjunta oikeassa L-asennossa
32	Askel oikealla D:hen: oikea nouseva torjunta kävelyasennossa
33	Askel vasemmalla D:hen: vastakkaispuolen nouseva torjunta kävelyasennossa
34	Askel oikealla D:hen: vastakkaispuolen nouseva torjunta kävelyasennossa
35	Vasen etusnap-potku D:hen
36	Askel vasemmalla D:hen: vastakkaispuolen lyönti kävelyasennossa D:hen
37	Samanpuolinen ja vastakkaispuolen lyönti vasemmassa kävelyasennossa D:hen
38	Pivot myötäpäivään: kyynärpäisku D:hen C:hen päin katsoen, vasen matala asento
39	Vasen jalka A:han: vasen alakyynärvarsitorjunta, sitten oikea samanpuolinen lyönti L-asennossa
40	Oikea jalka A:han: oikea veitsikäsi alatorjunta L-asennossa ja vasen sisäkyynärvarsitorjunta
41	Käännös B:hen vasemman jalan varassa: veitsikäsi suojatorjunta vasemmassa L-asennossa
42	Vasen jalka B:hen: vasen kävelyasento, suorien sormenpäiden työntö B:hen vasemmalla kädellä

VAHVISTAMATON

© Kalevi Mannermaa – Kaikki oikeudet pidätetään 2026 · www.ttl.fi · versio 1
Teoria: Jussi Ojala, Stadin TKD – Poimintoja Kalevi Mannermaan opeista

Nro	Liike
	Tuo vasen jalka takaisin valmisasentoon. Vahvistamaton – kiistanalainen.

VAHVISTAMATON

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