

10 kup-2

An Palmok	Inre Underarm
Bakat Palmok	Yttre Underarm
Niunja So	L-Ställning
Najunde	Lågsektion
Yop	Sid/Sida
Makgi	Blockering
Hur många steg i Chon Ji Tul	19 steg
Förklara ställningen Niunja So	En och en halv axel från främre tå till bakre häl. 70% vikt bak och 30% fram. Bak fotens tår är 15 grader framåt vriden från vågräta linjen och främre fots häl är 15 grader utvriden från center linjen. Främre fots tå och bakre fots häl är på samma lodräta linje.
Vilken träffyta använder du i Yop Cha Olligi	Bal kal = Fotkant.
Vad är positionen på handen & axlarna i en Gunnun So Bakat Palmok Najunde Makgi	Handen är på bröstlinjen på samma sida som armen. Armen har en vinkel på 25 grader. 20 cm från låret. I höjd med höften. Half facing.
Vad är positionen på handen & axlarna i en Gunnun So Kaunde An Palmok Makgi	Knogarna är i axelhöjd. I axel linjen på samma sida som armen. Armbågen har en vinkel på 90 grader. Tummens sida på handen ska vara vinklad åt sidan bort från kroppen. Half facing.
Vad är bakfotens riktning när du gör Yop Chagi sparkar	Om du sparkar med vänster mot klockan 12 då ska tårna på foten du står på peka mot klockan 5. Fotens vinkel är 165 grader.
Hur kopplar man Gunnun So Bakat Palmok Najunde Makgi	Handrygg mot handrygg. Blockerande handen överst. Korsas framför solarplexus. Half facing.
Hur kopplar man Gunnun So An Palmok Makgi	Handrygg mot dig. Blockerande handen unders. Korsas i solarplexus höjd. Half facing.
Räkna till 10.	1=Hanna, 2=Dool, 3=Set, 4=Net, 5=Dasot, 6=Yasot, 7=Ilgup, 8=Yuhdup, 9=Ahop, 10=Yeul
Vad är träningsdräkt på Korianska och dens delar	Dräkt=Dobok, Jacka=Jagori, Byxor=Baji, Bälte=Ti

Hur knyter man sitt "Ti"

Höger över vänster gör en knut,
vänster över höger gör en knop.
Eller tvärt om.