

# TAEKWONDO ENFANT

## LEXIQUE

### 11 KEUP

Idem 12 Keup +

### CEINTURE ORANGE 1 BARRETTE

TERMES  
« OFFICIELS »

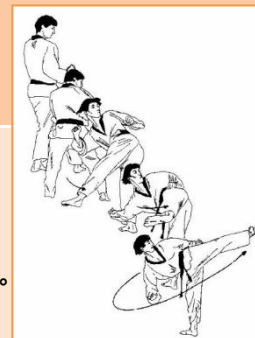
-Ti ceinture



-Kyoreugi combat

POSITIONS de  
BASE

-Natchoa Seogi Position large, pied parallèles, distance deux pas



COUP DE PIED  
« TCHAGI »

-Toupie bandal tchagi  
Rotation 360° bandal tchagi

-Mondolyo tchagi

Coup de pied retourné circulaire 360°  
frappe avec le talon ou dessous du pied

BLOCAGE  
MEMBRES  
SUPERIEURS  
« MAKI »



-Momtong bakat maki

Blocage niveau moyen vers l'extérieur,  
tranchant externe de l'avant-bras,  
côté jambe avant

-An momtong bakat maki

Blocage moyen vers l'extérieur,  
tranchant externe de l'avant-bras,  
côté jambe arrière

ATTAQUES  
MEMBRES  
SUPERIEURS  
« JILEUGI »

**Doubal Jileugi**  
Double coup de poing

« POOMSE »  
Forme

## Poomsé Il Jang