

INHALTSVERZEICHNIS

VORWORT	06	16. HANSU	90
DIE AUTOREN	08	Erklärungen der Bewegungsfolgen	112
KOREANISCHE FACHAUSDRÜCKE	10	Techniken zu Hansu	113
Phonetik der koreanischen Namen	13	Du-me-jumok-yopguri-chigi	113
Erklärungen zu den Übungs-		Gyotdari-sogi	114
beschreibungen	13	Pyojok-arae-makki	115
		Sonnal-yop-chigi	115
14. JITAE	14	17. ILYEO	116
Erklärungen der Bewegungsfolgen	38	Erklärungen der Bewegungsfolgen	136
Techniken zu Jitae	40	Techniken zu Ilyeo	140
Keumgang-ap-jireugi	40	Ogeum-sogi	140
Me-jumok-pyojok-chigi	42	Du-jumok-hori-sogi	141
		Otgoro-olgul-makki	142
15. CHONGWON	44	ÜBERSICHTSTAFELN DER POOMSAE	143
Erklärungen der Bewegungsfolgen	74	Diagrammübersicht der	
Techniken zu Chongwon	80	Poomsae 14 bis 17	143
Nalgae-pyogi	80	Jitae/Poomsae Nr. 14	144
Soseum-jireugi	82	Chongwon/Poomsae Nr. 15	146
An-palmok-biteuro-makki	83	Hansu/Poomsae Nr. 16	148
Keumgang-yop-jireugi	84	Ilyeo/Poomsae Nr. 17	150
Sonnal-wesanteul-makki	86		
Taesan-milgi	88		