

# Ibo Taeryon

(two-steps) vanaf 1e Dan

## AANVAL

plaats het rechterbeen naar achteren in linker lange stand (dwit koobi seogi) gelijktijdig gevechtshouding.

Verplaats het rechterbeen naar voren in rechter lange stand, gelijktijdig een vuistaanval midden met rechts (apkoobi bandae montong jireugi), gevolgd door een lange stand links met vuiststoot links midden.

---

### verdediging 1

Rechts naar achter in lange stand met meshandverdediging links [oen ap koobi han sonnal montong makki].

Links naar achter in lange stand met meshandverdediging [oreun ap koobi sonnal montong makki] en steek met linker hand op keel/strottehoofd [eopeun chireugi]

### verdediging 2

Rechts naar achter in lange stand met meshandverdediging [oen ap koobi han sonnal montong makki].

Links naar achter in lange stand met meshandverdediging [oreun ap koobi han sonnal montong makki]

en voorwaartse trap [ap chagi] terug in gevechtshouding [dwit koobi montong makki]

### verdediging 3

Rechts naar achter in lange stand met meshandverdediging links [oen ap koobi han sonnal montong makki].

Links naar achter in lange stand met meshandverdediging rechts [oreun ap koobi han sonnal montong makki].

Afweertrap van links naar rechts met binnenkant voet (naar buiten) wegzwaaien [balnal deung] en hielkick [bandae dolleyo chagi] rechts op hoofd hoogte

Daarna terug in gevechtshouding [dwit koobi montong makki].

### verdediging 4

Rechts naar achter in lange stand met meshandverdediging links [oen ap koobi han sonnal montong makki].

Links naar achter sliding (vergenoeg achteruit glijden) in korte stand met gevechtshouding [dwit koobi montong makki].

Voorste been bijtrekken zijwaartse trap met links [yeop chagi] en achterwaartse-trap rechts [dwit chagi]

Daarna terug keren in de gevechtshouding [dwit koobi montong makki].

### verdediging 5

Links naar achter in lange stand met omgedraaide meshandverdediging rechts [oreun ap koobi han sonnal jeochyo montong makki].

Rechts naar achter in lange stand met omgedraaide meshandverdediging links [oen ap koobi han sonnal jeochyo montong makki].

Zet voorste been (links) een beetje naar buiten en druk met linkerhand de hand van de tegenstander naar onder!

en een draaitrap [dolleyo chagi] op het hoofd daarnaar terug in gevechtshouding [dwit koobi montong makki].

**AANVAL:** zoals hierboven beschreven, echter de tweede aanval is met een voorwaartse trap (ap chagi)

#### verdediging 6

Rechts naar achter in lange stand met meshandverdediging links [oen ap koobi han sonnal montong makki].

Links naar achter met dubbele blok omlaag [oreun ap koobi area eotgero makki] en dubbel stoot [doo joomeok eopeun jireugi] op het hoofd.

#### verdediging 7

Rechts naar achter in korte stand met meshandverdediging links [oreun dwit koobi han sonnal montong makki].

Links naar achter in korte stand met meshandverdediging rechts laag [oreun ap koobi han sonnal area makki] en meshandslag [sonnal chigi] op de nek [mok]

#### verdediging 8

Links naar achter in korte stand met omgedraaide vuistverdediging [oen dwit koobi an palmok montong bakat makki].

Met rechts een lage zijwaartse verdedigingstrap en een zijwaartse trap [eogool yeop chagi] op het hoofd [morie] en terug in gevechtshouding [dwit koobi montong makki].

**AANVAL:** zoals hierboven beschreven, echter de tweede aanval is met een zijwaartse trap (yeop chagi).

#### verdediging 9

Rechts naar achter in lange stand met meshandverdediging links [oen ap koobi han sonnal montong makki].

Met het linker been afweren van rechts naar links [balnal] en een draaitrap [dollyeo chaqi] op het hoofd [mori] en terug in gevechtshouding [dwit koobi montong makki].

#### verdediging 10

Rechts naar achter in korte stand met normale vuistverdediging links [oreun dwit koobi bakat palmok montong makki].

Links naar achter in korte stand met omgedraaide vuistverdediging rechts [oen dwit koobi an palmok montong bakat makki] en een achterwaartsetrap [dwit chagi] op het hoofd [mori] en terug in gevechtshouding [dwit koobi montong makki].

#### verdediging 11

Rechts naar achter in lange stand met meshandverdediging links [oen ap koobi han sonnal montong makki].

Links naar achter in korte stand met omgedraaide vuistverdediging [oen dwit koobi an palmok montong bakat makki] en een kleine sprong naar voren in kruisstand [koa seogi] met een backfist [oreun deung joomeok] op het gezicht.

**AANVAL:** zoals hierboven beschreven, echter de tweede aanval is met een ronde trap (dolleyo chagi).

#### verdediging 12

Links naar achter in lange stand meshandverdediging rechts [oreun ap koobi han sonnal montong makki].

Rechts naar achter in korte stand met de linker hand een lage schepblok. Draai de arm naar boven en zwaai het been van de tegenstander weg en een hielkick [bandae dollyeo chagi] op het hoofd [mori] en terug in gevechtsbouding [dwit koobi montong makki].

#### verdediging 13

Rechts naar achter in korte stand met meshandverdediging links [oreun dwit koobi han sonnal montong makki].

Stap een kwartslag naar links en maak een zijwaartse trap [yeop chagi] in de buik en terug in gevechtshouding [dwit koobi montong makki].

#### verdediging 14

Rechts naar achter in lange stand met meshandverdediging links [oreun ap koobi han sonnal montong makki].

Linker been bijtrekken en een kwartslag naar rechts in paardrijstand met dubbelblok in het midden [joochoom seogi montong hechyo makki].

Een kwartslag naar rechts in korte stand rechts naar achter [oreun dwit koobi] met elleboog stoot [palkoop jireugi] op het gezicht en omzetten in lange stand rechts naar achter [oen ap koobi seogi] met maag stoot rechts.