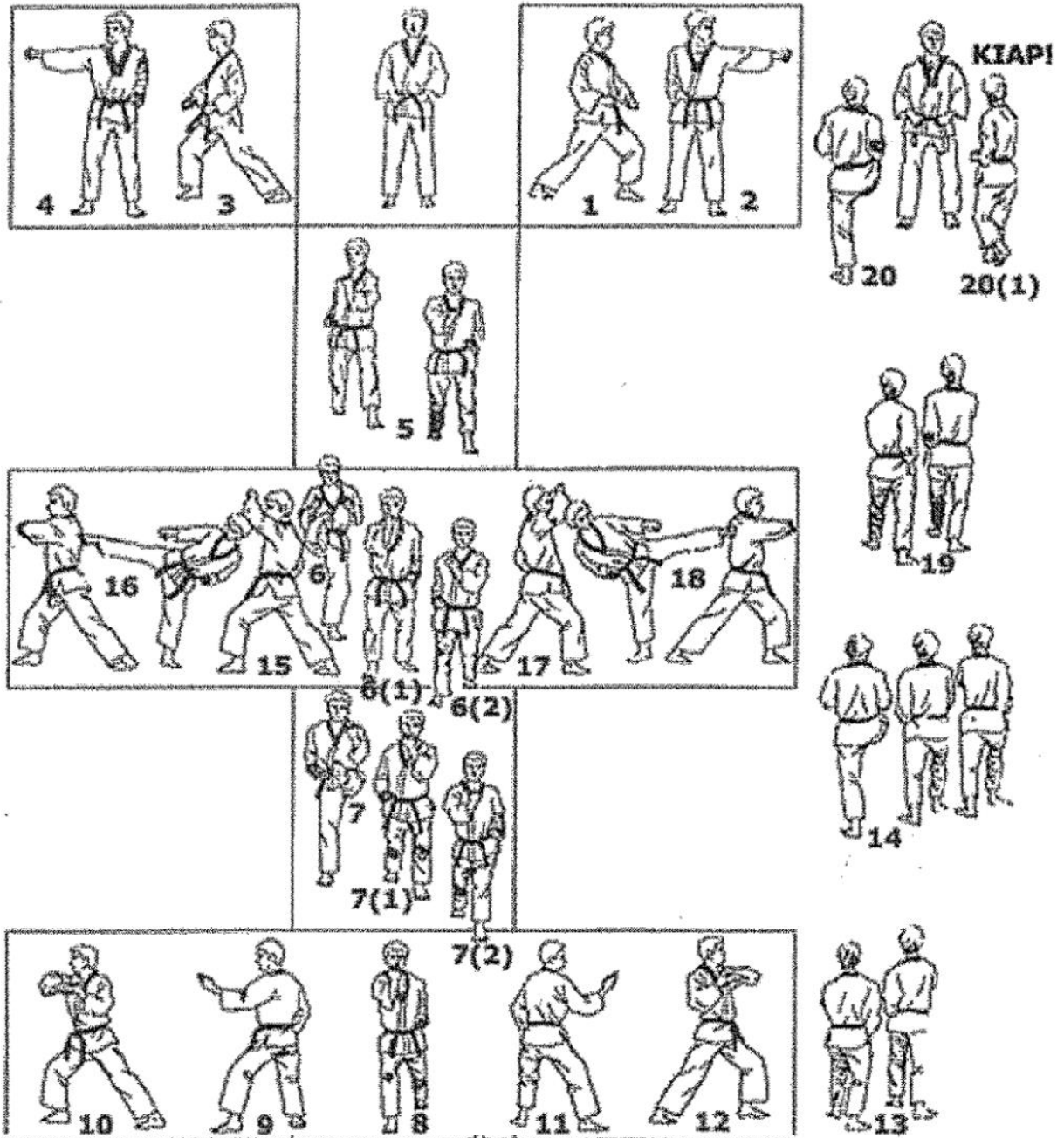


# Taegeuk OH JANG

Taegeuk 5 Jang symboliserar "Sonen", en av de 8 trigrammen, som representerar vinden, vilket betyder både mäktig kraft och lugn i enlighet med styrka och svaghet. Nya rörelser är Mejumeok Naeryo Chigi, Palkup Dollyo Chigi, Palkup Pyojeok Chigi och ställningar som Kkoa-seogi, Wen-seogi och Oreun-seogi. Kännetecknas av påföljande Makki som Arae Makki och Momtong Makki och även chigi genom att falla fram i Dwi Koa-seogi. 4 Gup-graderna praktiserar denna poomsae. Innehåller 32 rörelser i 20 steg och hela mönstret skall utföras inom 28-33 sekunder.



	Steg/Ställning	Koreansk term		Steg (svenska)	Term (svenska)
1	Wen Ap Kubi-seogi	Arae Makki	1	Vänster långt steg	Vänster låg blockering
2	Wen-seogi	Mejumeok Naeryo Chigi	2	Axelbredd ställning	Vänster hammarslag
3	Oreun Ap Kubi-seogi	Arae Makki	3	Höger långt steg	Höger låg blockering
4	Oreun-seogi	Mejumeok Naeryo Chigi	4	Axelbredd ställning	Höger hammarslag
5	Wen Ap Kubi-seogi	Wen Momtong An Makki, Oreun Momton An Makki	5	Vänster långt steg	Vänster mitt-blockering, Höger mitt-blockering
6	Oreun Ap Chagi (Oreun Ap Kubi-seogi)	Oreun Deung Jumeok Eolgol Ap Chigi, Wen Momtong An Makki	6	Höger front-spark (Höger långt steg)	Höger framåtgående omvänt knogslag Vänster mitt-blockering
7	Wen Ap Chagi (Wen Ap Kubi-seogi)	Wen Deung Jumeok Eolgol Ap Chigi, Oreun Momtong An Makki	7	Vänster framåtspark (Vänster långt steg)	Vänster framåtgående omvänt knogslag Höger mitt-blockering
8	Oreun Ap Kubi-seogi	Oreun Deung Jumeok Eolgol Ap Chigi	8	Höger långt steg	Höger framåtgående omvänt knogslag
9	Oreun Dwi Kubi-seogi	Wen Han Sonnal Momtong Bakkat Makki	9	Höger bakåttställning	Vänster knuten knivhandsblockering
10	Oreun Ap Kubi-seogi	Oreun Palkup Momtong Chigi	10	Höger långt steg	Höger mittdels armbågsslag
11	Wen Dwi Kubi-seogi	Oreun Han Sonnal Momtong Bakkat Makki	11	Vänster bak-ställning	Höger knuten knivhandsblockering
12	Wen Ap Kubi-seogi	Wen Palkup Momtong Chigi	12	Vänster långt steg	Vänster mittdels armbågsslag
13	Wen Ap Kubi-seogi	Wen Arae Makki, Oreun Momtong An Makki	13	Vänster långt steg	Vänster låg blockering, höger mitt-block
14	Oreun Ap Chagi		14	Höger framåtspark	
	(Oreun Ap Kubi-seogi)	Oreun Arae Makki, Wen Momtong An Makki		Höger långt steg	Höger låg-block, vänster mitt-block
15	Wen Ap Kubi-seogi	Wen Eolgol Makki	15	Vänster långt steg	Vänster hög blockering
16	Oreun Yeop Chagi		16	Höger sidospark	
	(Oreun Ap Kubi-seogi)	Wen Palkup Momtong Pyojeok Chigi		Höger långt steg	Vänster armbågsstöt mot mål-slag
17	Oreun Ap Kubi-seogi	Oreun Eolgol Makki	17	Höger långt steg	Höger hög blockering
18	Wen Yeop Chagi		18	Vänster sidospark	
	(Wen Ap Kubi-seogi)	Oreun Palkup Momtong Pyojeok Chigi		Vänster långt steg	Höger armbågsstöt mot mål-slag
19	Wen Ap Kubi-seogi	Wen Arae Makki, Oreun Momtong An Makki	19	Vänster långt steg	Vänster låg block, höger mitt-block
20	Oreun Ap Chagi		20	Höger framåtspark	
	(Oreun Dwi Koa-seogi)	Oreun Deung Jumeok Eolgol Ap Chigi		Höger korsställning	Höger framåtgående omvänt knogslag
		KIAP			SKRIK

Innehåller 32 rörelser i 20 steg och hela mönstret skall utföras inom 28-33 sekunder.