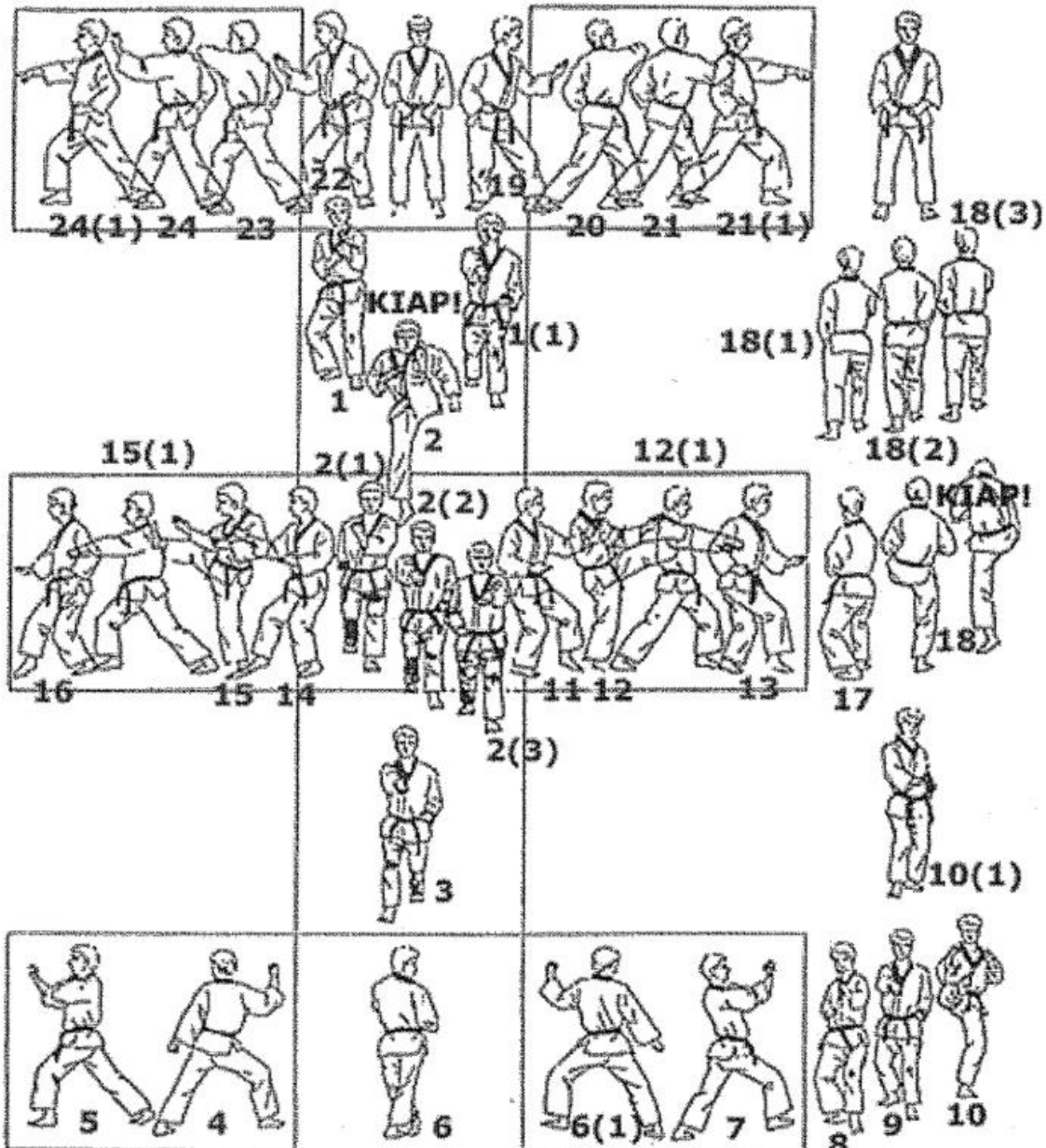
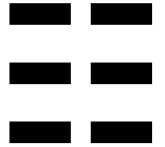


Taegeuk PAL JANG

Taegeuk 8 Jang symboliserar "Kon", en av de 8 trigrammen, som representerar "Yin" och jord, vilket betyder rot och bosättning och också början och slutet. Det här är den sista av de 8 Taegeuk poomsarna, vilket kan göra det möjligt för praktikanterna att genomgå Dan-provet (black belt). Nya rörelser är dubbla dangseong apchagi, momtong kodureo bakkatmakki, arae kodureo makki, twiochagi och palkup dollyochigi. Betoningen måste läggas på precisionen av stegstepping och skillnaden mellan hopp-över-spark och dubal-dangsong (alternativ hoppspark i luften). 1:a Gup-graders övar denna poomsae.



	Steg/Ställning	Koreansk term		Steg (svenska)	Term (svenska)
1	Oreun Dwit Kubi-seogi (Wen Ap Kubi-seogi)	Wen Kodureo Momtong Makki Momtong (Baro) Jireugi	1	Höger bakåtställning (Vänster långt steg)	Vänster vaktande mitt-blockering Höger mitt-slag (motsatt)
2	Doobal Dangseong-Ap Chagi	KIAP Momtong An Makki Momtong Doobeon Jireugi	2	Dubbel Apchagi (hö/vä) (Vänster långt steg)	SKRIK (på andra sparken) Vänster mitt-blockering Mitt dubbelslag (höger/vänster)
3	Oreun Ap Kubi-seogi	Momtong (Banda) Jireugi	3	Höger långt steg	Höger mitt-slag (samma)
4	Oreun Ap Kubi-seogi	Wen Wesanteul Makki	4	Höger långt steg	Enkel berg-blockering
5	Wen Ap Kubi-seogi	Oreun Jumook Dangkyo Teokjireugi	5	Vänster långt steg	Höger knytnäve uppåt hakan slag
6	Wen Koa-seogi (Wen Ap Kubi-seogi)	Wesanteul Makki	6	Vänster korsställning (Vänster långt steg)	Enkel berg-blockering
7	Oreun Ap Kubi-seogi	Wen Jumook Dangkyo Teokjireugi	7	Höger långt steg	Vänster knytnäve uppåt hakan slag
8	Oreun Dwit Kubi-seogi	Sonnal Momtong Makki	8	Höger bakåtställning	Vänster mitt-knivhandsblockering
9	Wen Ap Kubi-seogi	Momtong (Baro) Jireugi	9	Vänster långt steg	Höger mitt-slag (motsatt)
10	Oreun Ap Chagi (Oreun Beom-seogi)	Batangson Momtong An Makki	10	Höger frontspark (Höger tigerställning)	Höger mitt-dels innefrån & nedåt block
11	Wen Beom-seogi	Sonnal Momtong Makki	11	Vänster tigerställning	Vänster mitt-knivhandsblockering
12	Wen Ap Chagi (Wen Ap Kubi-seogi)	Momtong (Baro) Jireugi	12	Vänster frontspark (Vänster långt steg)	Höger mitt-slag (motsatt)
13	Wen Beom-seogi	Batangson Momtong An Makki	13	Vänster tigerställning	Vänster mitt-dels innefrån & nedåt block
14	Oreun Beom-seogi	Sonnal Momtong Makki	14	Höger tigerställning	Höger mitt-knivhandsblockering
15	Oreun Ap Chagi (Oreun Ap Kubi-seogi)	Momtong (Baro) Jireugi	15	Höger frontspark (Höger långt steg)	Vänster mitt-slag (motsatt)
16	Oreun Beom-seogi	Batangson Momtong An Makki	16	Höger tigerställning	Höger mitt-dels innefrån & nedåt block
17	Wen Dwit Kubi-seogi	Oreun Kodureo Area Makki	17	Vänster bakåtställning	Höger vaktande låg blockering
18	Wen Ap Chagi- Oreun Twio Ap Chagi (Oreun Ap Kubi-seogi)	KIAP Momtong An Makki Momtong Doobeon Jireugi	18	Vänster frontspark Hö hoppande f-spark (Höger långt steg)	SKRIK (på andra sparken) Höger mitt-blockering Mitt dubbelslag (vänster/höger)
19	Oreun Dwit Kubi-seogi	Han Sonnal Momtong Bakkat Makki	19	Höger bakåtställning	Vänster mitt-dels knivhandsblock (in-ut)
20	Oreun Ap Kubi-seogi	Oreun Palkop Eolgol Dollyo Chigi	20	Vänster långt steg	Höger högt armbågs rund slag
21	(samma ställning)	Oreun Deung Jumook Eolgol Ap Chigi Momtong (Banda) Jireugi	21	(samma ställning)	Höger uppe ifrån & ned slag Vänster mitt-slag (samma)
22	Wen Dwit Kubi-seogi	Han Sonnal Momtong Bakkat Makki	22	Vänster bakåtställning	Höger mitt-dels knivhandsblock (in-ut)
23	Oreun Ap Kubi-seogi	Wen Palkop Eolgol Dollyo Chigi	23	Höger långt steg	Vänster högt armbågs rund slag
24	(samma ställning)	Wen Deung Jumook Eolgol Ap Chigi Momtong (Banda) Jireugi	24	(samma ställning)	Vänster uppe ifrån & ned slag Höger mitt-slag (samma)