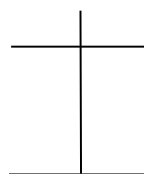


Toi Gye

37 Movimenti

significato

E' lo pseudonimo del noto studioso "Yu Hwang" (XVI secolo), un'autorità del Neoconfucianesimo. I 37 movimenti di questa forma, si riferiscono al suo luogo di nascita, presso il 37° parallelo. Il diagramma significa studioso.



diagramma

MOA JUNBI SOGI "B"

1	Niunja so kaunde an palmok makgi	andare a sx in pos.corta e parata media sx a pugno chiuso
2	Gunnun so najunde dwijibun sonkut bandae tulgi	ritirare leggermente il piede sx per andare con lo stesso in pos.lunga e attacco basso dx con la punta delle dita, il pugno sx va al petto
3	Moa so nopunde dung joomuk yopdwi taerigi	ritirare il piede sx verso il dx per andare in pos.eretta a piedi uniti e attacco alto di contropugno dx all'indietro, mentre il braccio sx è esteso verso il basso con pugno chiuso
		3 è MOVIMENTO LENTO
4	Niunja so kaunde an palmok makgi	Andare a dx in pos.corta e parata media dx a pugno chiuso
5	Gunnun so najunde dwijibun sonkut bandae tulgi	come mov.2 ma con braccio sx
6	Moa so nopunde dung joomuk yopdwi taerigi	come mov.3 ma con braccio sx
		6 è MOVIMENTO LENTO
7	Gunnun so kyocha joomuk noollo makgi	gamba sx avanti in pos.lunga e parata bassa a braccia incrociate
		7 e 8 MOVIMENTO CONTINUATO
8	Gunnun so sang joomuk sewo jirugi	rimanendo sulla stessa posizione, eseguire, previo molleggio, un doppio attacco di pugno alto

9	Kaunde apcha busigi	calcio frontale medio dx (plesso solare)
10	Gunnun so kaunde ap joomuk baro jirugi	dopo il calcio molleggiare e scendere in pos.lunga e attacco medio di pugno dx
11	Gunnun so kaunde ap joomuk bandae jirugi	rimanendo sulla stessa posizione, eseguire, previo molleggio, un attacco di pugno medio sx, NON è un mov.veloce quindi ritmo normale
12	Moa so sang yop palkup tulgi	muovendo il piede sx verso il dx, girare di 90° a sx per andare in pos.eretta a piedi uniti eseguendo un doppio attacco laterale di gomito, pugni appoggiati ai fianchi
		12 è MOVIMENTO LENTO
13	Annun so nopunde bakat palmok san makgi	muovere gamba dx per andare in pos.seduta a 90° a sx rispetto alla posizione precedente, eseguendo una parata doppia a "U"
	<i>si batte il piede per incrementare la velocità!</i>	dal mov.13 al mv.18 BATTERE con il piede a terra
14	Annun so nopunde bakat palmok san makgi	facendo perno sul piede dx, muovere il piede sx e girare di 180° eseguendo la stessa parata
15	Annun so nopunde bakat palmok san makgi	facendo perno sul piede dx, muovere il piede sx e girare di 180° eseguendo la stessa parata
16	Annun so nopunde bakat palmok san makgi	facendo perno sul piede sx, muovere il piede dx e girare di 180° eseguendo la stessa parata
17	Annun so nopunde bakat palmok san makgi	facendo perno sul piede dx, muovere il piede sx e girare di 180° eseguendo la stessa parata
18	Annun so nopunde bakat palmok san makgi	facendo perno sul piede dx, muovere il piede sx e girare di 180° eseguendo la stessa parata
19	Niunja so najunde doo palmok miro makgi	unire i piedi, dx verso sx, passo avanti con piede sx per andare in pos.corta e parata doppia rinforzata bassa a spinta
20	Gunnun sogi	muovendo il piede sx, andare in pos.lunga eseguendo una presa alla testa dell'avversario con entrambe le mani

21	Najunde moorup ollyo chagi	tirare le mani in basso leggermente verso il petto, si fermano all'altezza del plesso solare, allo stesso tempo eseguo un attacco basso con il ginocchio dx. Nella preparazione molleggiare.
22	Niunja so kaunde sonkal daeby makgi	dopo la ginicchiata, appoggiare il piede dx vicino al sx e girare dalla parte opposta muovendo il piede sx facendo perno sul dx, andando in pos.corta con doppia parata di taglio media sx
23	Najunde yobap cha busigi	mantenendo le braccia nella precedente posizione eseguire un calcio frontale con gamba sx (anteriore)
24	Gunnun so nopunde sonkut opun tulgi	dopo il calcio molleggiare e scendere in pos.lunga con attacco alto sx con la punta delle dita
25	Niunja so kaunde sonkal daeby makgi	un passo avanti per andare in pos.corta e parata doppia di taglio media dx
26	Najunde yobap cha busigi	come mov.23 ma con gamba dx
27	Gunnun so nopunde sonkut opun tulgi	come mov.24 ma con braccio dx
28	Niunja so nopunde dung joomuk yopdwi taerigi	un passo indietro con gamba dx per andare in pos.corta e attacco di contropugno alto all'indietro dx, il braccio sx va in avanti come una parata bassa MA è solo bilanciamento
29	Twigi - Kyocha so najunde kyocha noollo makgi	salto in avanti (una posizione) per scendere in pos.incrociata dx avanti girati di 90° a sx rispetto alla direzione precedente, eseguendo una parata bassa a braccia incrociate e pugni chiusi, (schiena dritta)
30	Gunnun so nopunde doo palmok makgi	muovendo il piede dx, andare a dx di 90° in pos.lunga e doppia parata rinforzata alta dx
31	Niunja so najunde sonkal daeby makgi	facendo perno sul piede dx, muovere il sx per girare a dx di 90° andando in pos.corta e doppia parata bassa con taglio di mano sx
32	Gunnun so dollimyo palmok makgi	muovendo il piede sx andare in pos.lunga eseguendo una parata circolare dx
33	Niunja so najunde sonkal daeby makgi	unire i piedi, sx verso dx, per andare dalla parte opposta con piede dx in pos.corta e doppia parata bassa con taglio di mano dx

34	Gunnun so dollimyo palmok makgi	muovendo il piede dx andare in pos.lunga eseguendo una parata circolare sx. Scendere meno rispetto la forma "won hyo"
35	Gunnun so dollimyo palmok makgi	girare dalla parte opposta alzando i talloni per eseguire una parata circolare con braccio dx
36	Gunnun so dollimyo palmok makgi	girare dalla parte opposta alzando i talloni per eseguire una parata circolare con braccio sx
		nei mov.35 e 36 eseguire la parata con i talloni alzati
37	Annun so ap joomuk jirugi	muovendo il piede dx girare a sx andando in pos.seduta e attacco medio dx di pugno
	Moa junbi sogi "B"	ritornare nella posizione di partenza muovendo il piede dx