



Flächen Koordinator

Offizielle Kommandosprache für traditionelle Poomsae



1th Poomsae:

- | | |
|--|------------------------------|
| 1 . Chul-Jeon (Fläche betreten) | nutze die <u>linke</u> Hand |
| 2 . Cha-ryeot | nutze die <u>linke</u> Hand |
| 3 . Kyeong-rye | nutze die <u>linke</u> Hand |
| 4 . Joon-bi | nutze die <u>rechte</u> Hand |
| 5 . Shi-jak | nutze die <u>rechte</u> Hand |
| 6 . Ba-ro | |
| 7 . Shiyo (take a rest) | |
| 8 . Tae-jang (zum Coach) | nutze die <u>linke</u> Hand |

2nd Poomsae:

- | | |
|--|------------------------------|
| 1 . (nach 30 sec.) Chul-Jeon (Fläche betreten) | nutze die <u>linke</u> Hand |
| 2 . Cha-ryeot | nutze die <u>linke</u> Hand |
| 3 . Joon-bi | nutze die <u>rechte</u> Hand |
| 4 . Shi-jak | nutze die <u>rechte</u> Hand |
| 5 . Ba-ro | |
| 6 . Shiyo (take a rest) | |
| 7 . Cha-ryeot | nutze die <u>linke</u> Hand |
| 8 . Kyeong-rye | nutze die <u>linke</u> Hand |
| 9 . Tae-jang (Fläche verlassen) | nutze die <u>linke</u> Hand |