



Action Tae Kwon DO Versailles



 Ch'aio	 joumbi	 Owen ApKoubi Alé Maki avancer pied gauche grande position (ApKoubi) blocage bras gauche (AléMaki)	 Oreun ApKoubi montong bandaé Jileugi
 Owen ApKoubi montong bandaé Jileugi	 Oreun ApKoubi montong bandaé Jileugi Poussez un cri sur le coup de poing Kiap	 3/4 de tour par la gauche	 Owen ApKoubi Alé Maki
 Oren ApKoubi montong bandaé Jileugi	 Demi tour par la droite	 Oren ApKoubi Alé Maki avancer pied droit grande position blocage bras droit	 Owen ApKoubi montong bandaé Jileugi
 1/4 de tour à gauche	 Owen ApKoubi Alé Maki grande position (ApKoubi) blocage bras gauche (AléMaki)	 Oreun ApKoubi montong bandaé Jileugi	 Owen ApKoubi montong bandaé Jileugi
 Kiap Oren ApKoubi montong bandaé Jileugi -KIAP-	 Balo au commandement revenir en position de départ (Joumbi) en tournant par la gauche		

Kitcho Sam jang