



## Mönster - Tul



Mönster är vissa grundläggande rörelser, de flesta utgör antingen attack eller försvars tekniker, som utförs i en bestämd och logisk ordning. Mönstrets namn och antalet rörelser refererar till antingen viktiga personer eller händelser i Koreas historia. De 24 mönstren i Taekwon-Do symboliserar en dag i General Choi's liv eller 24 timmar som en människas hela liv i förhållande till evigheten.

Punkter att iakttagande vid utförande av Tul.

1. Kraft
2. Balans
3. Andningskontroll
4. Timing
5. Rytme
6. Smidighet/Jämn rörelse
7. Skönhet
8. Noggrannhet

- **Saju Jirugi (10:e Kup)**

- 14 Steg
- Börjar med höger
- Avslutas med höger
- Utgångsställning: Narani Junbi Sogi
- Slag i 4 riktningar

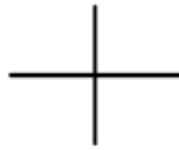


- Diagram

- **Saju Makgi (10:e Kup)**

- 16 Steg
- Börjar med höger
- Avslutas med höger

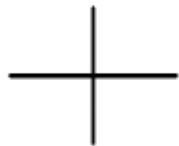
- Utgångsställning: Narani Junbi Sogi
- Blockeringar i 4 riktningar



- Diagram

- **Chon Ji Tul** (9:e Kup)

- 19 Steg
- Börjar med vänster
- Avslutas med vänster
- Utgångsställning: Narani Junbi Sogi



- Diagram
- Betydelse: Chon Ji betyder bokstavligen Himmel och Jord. Detta är i Orienten ansett som världens skapelse eller början på den mänskliga historien. Därför övas detta mönster, det allra första, av nybörjare. Mönstret innehåller två liknande delar där en representerar Himlen och den andra representerar Jorden.

- **Dan Gun Tul** (8:e Kup)

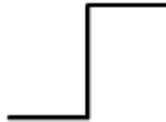
- 21 Steg
- Börjar med vänster
- Avslutas med vänster
- Utgångsställning: Narani Junbi Sogi



- Diagram
- Betydelse: Dan Gun har fått namnet efter den helige Dan Gun, Koreas legendariske grundare, år 2333 f.Kr.

- **Do San Tul** (7:e Kup)

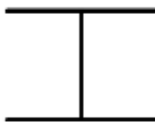
- 24 Steg
- Börjar med vänster
- Avslutas med höger
- Utgångsställning: Narani Junbi Sogi



- Diagram
- Betydelse: Do San är en pseudonym för patrioten Ahn Chang Ho (1876-1938). De 24 stegen representerar hela hans liv som han ägnade åt att främja utbildningsnivån i Korea och Koreas frihetsrörelse.

- **Won Hyo Tul** (6:e Kup)

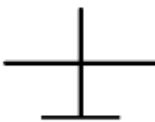
- 28 Steg
- Börjar med vänster
- Avslutas med höger
- Utgångsställning: Moa Junbi Sogi A



- Diagram
- Betydelse: Won Hyo var den munk som introducerade Buddhismen i Korea under Silladynastin år 686.

- **Yul Gok Tul** (5:e Kup)

- 38 Steg
- Börjar med vänster
- Avslutas med vänster
- Utgångsställning: Narani Junbi Sogi



- Diagram
- Betydelse: Yul Gok är pseudonymen för filosofen Yi I (1500-talet), kallad "Konfucius av Korea". De 38 teknikerna symboliserar hans födelseort på den 38:e breddgraden. Diagrammet betyder "lärd".

- **Joong Gun Tul** (4:e Kup)

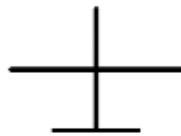
- 32 Steg
- Börjar med vänster
- Avslutas med vänster
- Utgångsställning: Moa Junbi Sogi B



- Diagram
- Betydelse: Ahn Joong Gun var namnet på en koreansk patriot som avrättade den första japanska generalguvernören i det av Japan ockuperade Korea. De 32 rörelserna symboliserar Ahn's ålder när han blev dödad av ockupationsmakten i fängelset Lui Shung år 1910.

- **Toi Gye Tul (3:e Kup)**

- 37 Steg
- Börjar med vänster
- Avslutas med höger
- Utgångsställning: Moya Junbi Sogi B



- Diagram
- Betydelse: Toi Gye är namnet på en känd lärd man Yi Hwang (1500-talet), en stor auktoritet inom Neo-Konfucianismen. De 37 rörelserna i monstret symboliserar hans födelseort på den 37:e breddgraden och diagrammet symboliserar "lärd".

- **Hwa Rang Tul (2:a Kup)**

- 29 Steg
- Börjar med vänster
- Avslutas med höger
- Utgångsställning: Moya Junbi Sogi C

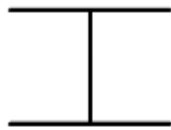


- Diagram
- Betydelse: Hwa Rang (Ungdomens Blomma) var en militär ungdomsgrupp i Silladynastin under 600-talet. Mönstret 29 rörelser symboliserar den 29:e infanteridivisionen av den Koreanska Armén, även kallad "Nävens Division", som Gen. Choi organiserade år 1953 på Cheju ön. Det var i denna division och vid denna tid som grunderna lades till dagens moderna Taekwon-Do.

- **Choong Moo Tul (1:a Kup)**

- 30 Steg

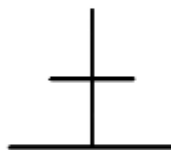
- Börjar med vänster
- Avslutas med vänster
- Utgångsställning: Narani Junbi Sogi



- Diagram
- Betydelse: Choong Moo var namnet på amiral Yi Soon Sin (Yi dinastin) som år 1592 uppfann det första helbepanstade stridsfartyget (Kobukson) som är föregångare till dagens U-båt. Mönstret avslutas med vänster hand vilket symboliserar hans tragiska död. Det symboliserar också att hans enorma potential och styrka hämnades på grund av hans lojalitet mot den regerande kungen.

- **Kwang Gae Tul (II Dan)**

- 39 Steg
- Börjar med vänster
- Avslutas med vänster
- Utgångsställning: Narani So Hanulson



- Diagram
- Betydelse: Kwang-Gae är namngivet efter den berömda Kwang-Gae-Toh-Wang, den 19:e kungen av Koguryo Dynastin, som återerövrade alla förlorade områden inklusive stor del av Manchuriet. Diagrammet representerar expansionen och återtagandet av förlorat territorium. De 39 stegen kommer av de två första siffrorna i år 391 e.Kr. då han kröntes.

- **Po Eun Tul (II Dan)**

- 36 Steg
- Börjar med vänster
- Avslutas med vänster
- Utgångsställning: Narani So Hanulson



- Diagram
- Betydelse: Po-Eun är pseudonym för Chong Mong-Chu (1400), en berömd poet som skrivit "Jag ska inte lyda en andra herre om så jag må bli korsfäst hundra gånger", känd av alla koreaner. Han var också en pionjär inom

fysiken. Diagrammet representerar hans lojalitet till kungen och landet mot slutet av Koryo Dynastin.

- **Ge Baek Tul (II Dan)**

- 44 Steg
- Börjar med höger
- Avslutas med vänster
- Utgångsställning: Narani Junbi Sogi



- **Diagram**
- Betydelse: Mönstret är namngivet efter Ge-Baek, en stor general under Baek Je dynastin (660 e.Kr.). Diagrammet representerar hans hårda och strikta militäriska disciplin.

- **Eui Am Tul (III Dan)**

- 45 Steg
- Börjar med höger
- Avslutas med höger
- Utgångsställning: Moe Sogi D



- **Diagram**
- Betydelse: Eui-Am är pseudonym för Son Byong Hi, ledare för koreanska självständighetsrörelsen, 1:a mars år 1919. De 45 stegen motsvarar hans ålder då han ändrade namnet på Dong Hak (Orientalisk kultur) till Chondo Kyo (Himmelska vägens religion) år 1905. Diagrammet representerar hans okuvliga anda vilken han visade, medan han hängav sig åt nationens framgång.

- **Choong Jang Tul (III Dan)**

- 52 Steg
- Börjar med höger
- Avslutas med vänster
- Utgångsställning: Moe Sogi A



- Diagram
- Betydelse: Choong-Jang är pseudonym åt General Kim Duk Ryang som levde under Lee dynastin, under 1300-talet. Mönstret avslutas med en vänsterhandsattack för att symbolisera hans tragiska död i fängelse vid 27 års ålder, innan han uppnått sin fulla mognads ålder.

- **Juche Tul (III Dan)**

- 45 Steg
- Börjar med vänster
- Avslutas med höger
- Utgångsställning: Narani So Sang Yop Palkup



- Diagram
- Betydelse: Juche är en filosofisk ide om att man som människa styr allting och bestämmer allt. Med andra ord, att varje man är herre över sitt eget liv och sitt eget öde. Det sägs att denna idé har sina rötter i Baekdu bergen vilka symboliserar det koreanska folkets anda. Diagrammet representerar Baekdu berget.

- **Sam Il Tul (IV Dan)**

- 33 Steg
- Börjar med vänster
- Avslutas med vänster
- Utgångsställning: Moe Sogi C



- Diagram
- Betydelse: Markerar den historiska dag då Koreas självständighetsrörelse tog sin början genom hela landet, den 1 mars 1919.
- Mönstrets 33 moment representerar står för de 33 patrioterna som planerade rörelsen.

- **Yoo Sin Tul (IV Dan)**

- 68 Steg
- Börjar med vänster
- Avslutas med höger