



## Les attaques de pieds : "TCHAGUI"

<b>Ap tchagui</b>	Coup de pied de face, frappe avec le bol du pied (dessous des métatarsiens)
<b>Yop tchagui</b>	Coup de pied de profil, frappe avec le talon (Balnal ou duit tchouk)
<b>Dolyeu tchagui</b>	Coup de pied circulaire frappe avec le bol ou la face dorsale du pied (baldung ou ap tchouk)
<b>Bandal tchagui</b>	Coup de pied ascendant à 45° (ancien bit ch'agui), frappe avec le bol ou la face dorsale du pied (baldung ou ap tchouk)
<b>Dwitt tchagui</b>	Coup de pied retourné, frappe de dos avec le talon (duit tchouk ou balnal duit tchouk)
<b>Dwiro dora yop tchagui</b>	Coup de pied retourné, frappe de profil avec le talon (Balnal ou duit tchouk)
<b>Foulyeu tchagui</b>	Coup de pied de pied de profil fouetté (intérieur/extérieur), frappe avec le talon ou le dessous du pied (balpadak ou duitkoumtchi)
<b>Nakka tchagui</b>	Coup de pied de profil croché (intérieur/extérieur), frappe avec le talon (duitkoumtchi)
<b>Dwiro dora foulyeu tchagui</b>	Coup de pied "Foulyeu tchagui " avec une rotation de 180°
<b>Mon dolyeu tchagui :</b>	Coup de pied retourné avec une rotation de 360°, frappe avec le talon ou le dessous du pied (balpadak ou duitkoumtchi)
<b>Biteureu tchagui</b>	Coup de pied ascendant avec un mouvement en torsion de l'intérieur vers l'extérieur, frappe avec le bol du pied (dessous des métatarsiens)
<b>Mireu tchagui</b>	Coup de pied frontal en poussant avec le dessous du pied (balpadak)
<b>Ann tchagui</b>	Coup de pied en demi-lune, vers l'intérieur, frappe avec le tranchant interne du pied (balnal dung)
<b>Bakkat tchagui</b>	Coup de pied en demi-lune, vers l'extérieur, frappe avec le tranchant externe du pied (balnal)
<b>Nelyeu tchagui</b>	Coup de pied écrasant, frappe avec le talon ou le dessous du pied (balpadak ou duitkoumtchi)
<b>Ann nelyeu tchagui</b>	Coup de pied écrasant vers l'intérieur, frappe avec le talon ou le dessous du pied (balpadak ou duitkoumtchi)
<b>Bakkat nelyeu tchagui</b>	Coup de pied écrasant vers l'extérieur, frappe avec le talon ou le dessous du pied (balpadak ou duitkoumtchi)
<b>Pyo jeuk tchagui</b>	Coup de pied ciblé dans la paume de la main opposée, frappe avec l'intérieur du pied (balnal dung)
<b>Dou bal dang sang ap tchagui</b>	Deux Coups de pied de face enchainé (sans poser entre les deux), frappe avec le bol du pied (dessous des métatarsiens)



# taekwon dojang

<b>Ap bal tchagui</b>	Coup de pied jambe avant
<b>Dwitt bal tchagui</b>	Coup de pied jambe arrière
<b>Keudeup tchagui</b>	Coup de pied identique, exécuté plusieurs fois sans reposer
<b>Ap bal kouroh tchagui</b>	Coup de pied jambe avant, pas glissé
<b>Duit bal kouroh tchagui</b>	Coup de pied jambe arrière, pas glissé
<b>Han gorum nagamien tchagui</b>	Coup de pied jambe avant, en avançant en pas chassé
<b>Y oh tchagui</b>	Coup de pied identique, enchaîné avec les deux jambes
<b>Sok oh tchagui</b>	Enchaînement de coups de pieds différents avec la même jambe
<b>Y oh sok oh tchagui</b>	Enchaînement de coups de pieds différents en changeant de jambe
<b>Dabang yang tchagui</b>	Enchaînement de plusieurs techniques dans différentes directions en changeant de jambe
<b>Tuyeu tchagui</b>	Coup de pied sauté
<b>Tuyeu y oh tchagui</b>	Coup de pied sauté identique, enchaîné avec les deux jambes
<b>Tuyeu y oh sok oh tchagui</b>	Enchaînement de différents coups de pied sautés avec les 2 jambes
<b>Modeum bal tchagui</b>	Coup de pied sauté pieds joints
<b>Kawi tchagui</b>	Coup de pied sauté frontal sur 2 cibles
<b>Tuyeu neum oh tchagui</b>	Coup de pied sauté par dessus un obstacle
<b>Dolyeu tuyeu tchagui</b>	Coup de pied sauté avec élan sans obstacle
<b>Il tja tchagui</b>	Coup de pied sauté avec des techniques différentes pour chaque jambe
<b>Nopi tchagi :</b>	Coup de pied en hauteur
<b>Tchagui</b>	Coup de pied avec un impact fouetté
<b>Tchireugi :</b>	Frappe en utilisant les extrémités des pieds ou des mains