

# Pyun ahn sam dan synoptic table

Tælling	Retning	Stand	Handling	Teknik
Joonbi	FA	Gibon Joonbi seogi	Gibon Joonbi	
1	VB	Dwit koobi	Venstre fod ud i stand	An palmok momtong bakat makki
2	VB	Moa seogi	Højre fod trækkes op til venstre fod	Gawi makki (arae makki over venstre ben)
3	VB	Moa seogi	Bliver stående i samme stand	Gawi makki (arae makki over højre ben)
4	HB	Dwit koobi	Kroppen drejes 180 grader, højre rundt i standen	An palmok momtong bakat makki
5	HB	Moa seogi	Venstre fod trækkes op til højre fod	Gawi makki (arae makki over højre ben)
6	HB	Moa seogi	Bliver stående i samme stand	Gawi makki (arae makki over venstre ben)
7	FA	Ap koobi	Venstre ben flyttes ud i stand, retning mod FA	An palmok geodeureo momtong bakat makki
8	FA	Ap koobi	Skridt frem i ap koobi, med teknik over forreste ben	Pyunson keut seweo chireugi
8a	FA	Ap koobi	Kroppen og standen drejes mod NA, men blikket er mod FA	Miteureo paegi
9	FA	Nacheoo seogi	Skridt frem i stand, bagerste ben, venstre, flyttes bagom og frem i stand, siden og blikket er mod FA	Me jumeok momtong bakat chigi
10	FA	Ap koobi	Skridt frem i lang stand, højre ben er forrest	Momtong bandae jireugi <b>KIHAP!</b>
11	NA	Moa seogi	Venstre ben trækkes bagom og op til højre ben, så kroppen drejes i retning mod NA	Doo jumeok heori (hænderne knyttes og anbringes i siden lige ved bæltet)
12	NA		Fra Moa seogi sparkes og foden sættes ned i næste tekniks stand	Balbadak pyojeok chagi
12a	NA	Nacheoo seogi	Efter spark udføres Jijigki i standen før håndteknikken eksekveres. Siden af kroppen og blikket er mod NA	Palkoop an makki
12b	NA	Nacheoo seogi	Bliver stående i samme stand og udfører næste teknik, Siden af krop og blik rettet mod NA	Me jumeok naeryo chigi
12c	NA	Nacheoo seogi	Bliver stående i samme stand, efter Me jumeok chigi trækkes hånden tilbage til hoften	Doo jumeok heori
13	NA		Venstre fod sparkes og sættes ned i næste tekniks stand, krop og blik rettet mod NA	Balbadak pyojeok chagi
13a	NA	Nacheoo seogi	Efter spark udfører venstre fod Jijigki i standen før håndteknikken eksekveres, Siden af krop og blik rettet mod NA	Palkoop an makki

Retningsforkortelser:

VB: Venstre Bund	HB: Højre Bund	FA: Frem Ad	HT: Højre Top	VT: Venstre Top	NA: Ned Ad
------------------	----------------	-------------	---------------	-----------------	------------

Tælling	Retning	Stand	Handling	Teknik
13b	NA	Nacheoo seogi	Bliver stående i samme stand og udfører næste teknik. Siden af kroppen og blikket er rettet mod NA.	Me jumeok naeryo chigi
13c	NA	Nacheoo seogi	Bliver stående i samme stand. Efter Me jumeok chigi trækkes hånden tilbage til hoften. Siden af krop og blik rettet mod NA	Doo jumeok heori
14	NA		Højre fod udfører spark og sættes ned i næste tekniks stand. Siden af krop og blik mod NA	Balbadak pyojeok chagi
14a	NA	Nacheoo seogi	Efter spark udfører højre fod Jijigki inden håndteknikken eksekveres. Siden af krop og blik rettet mod NA	Palkoop an makki
14b	NA	Nacheoo seogi	Bliver stående i samme stand og udfører næste teknik. Siden af krop og blik rettet mod NA	Me jumeok naeryo chigi
15	NA	Ap koobi	Skridt frem i ap koobi, venstre ben er forrest	Momtong bandae jireugi
16	NA	Nacheoo seogi	Armen bliver i samme position, mens bagerste ben - højre - føres op til venstre ben og direkte ud i stand	( Momtong jireugi ) venstre arm
17	FA	Nacheoo seogi	Højre fod bliver stående samme sted og fungerer som omdrejningspunkt. Venstre fod føres bagom og over på modsatte side. Kroppen er nu drejet 180 grader. Retning og blik er nu mod FA	Dwit jireugi (over venstre skulder)
18	FA	Nacheoo segi	Venstre fod bevæges nu hurtigt ind til højre fod - højre fod flyttes nu ud i nacheoo seogi. Benskiift er som i Poomse Taebaek. Krop og blik rettet mod FA.	Dwit jireugi <b>KIHAP!</b> (slag er over højre skulder)
	FA	Gibon Joonbi Seogi	Højre fod trækkes ind i keuman	Keuman

Retningsforkortelser:

VB: Venstre Bund	HB: Højre Bund	FA: Frem Ad	HT: Højre Top	VT: Venstre Top	NA: Ned Ad
------------------	----------------	-------------	---------------	-----------------	------------