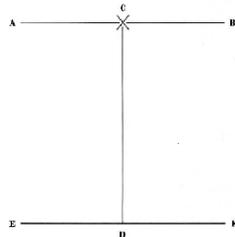


➤ **Significado de Joong-Gun**

- ✓ **Movimientos:** 32
- ✓ **Pronunciación:** Chun Gun
- ✓ **Interpretación:** Proviene del nombre del patriota Ahn Joong Gun quien asesinó a Hiro Bumi Ito, el primer gobernador general japonés de Corea, conocido por ser el hombre que desempeñó el papel principal en la fusión Corea-Japón. Los 32 movimientos representan la edad en que fue ejecutado en la cárcel de Lui Shung en 1910.
- ✓ **Posición Preparatoria:** Moa Junbi Sogi B (pies juntos y manos juntas a 15 cm. del ombligo, mano izquierda sobre mano derecha)
- ✓ **Diagrama:**



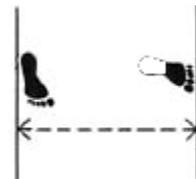
Aparece el primer movimiento lento (27-29-30)

- **Significado del color azul:** Significa el cielo, hacia el cual se dirige la planta que madura y se convierte en un árbol imponente, a medida que progresa el entrenamiento en el Taekwon-Do.

➤ **Posiciones:**

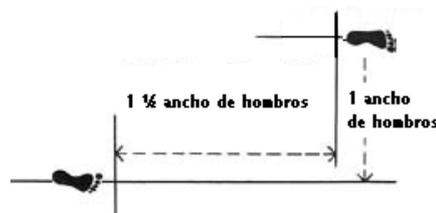
✓ **Dwitbal Sogi (L corta)**

- ☉ Distancia: 1 ancho de hombros entre el filo del pie retrasado y los dedos del pie adelantado
- ☉ Flexionar la pierna delantera tocando ligeramente el suelo con el metatarso
- ☉ Pie de adelante 25° hacia adentro y pie de atrás 15° hacia adelante
- ☉ Distribución del peso: 95% atrás y 5% adelante
- ☉ La pierna de atrás determina la posición (derecha o izquierda)



✓ **Nachuo Sogi (Caminando baja)**

- ☉ Ancho: 1 ancho de hombros desde empeine a empeine.
- ☉ Largo: 1 ½ ancho de hombros desde talón de adelante hasta punta del pie de atrás.
- ☉ Pie retrasado 25° hacia afuera.
- ☉ La rodilla del pie adelantado debe caer en línea recta con el talón del mismo pie.
- ☉ Talones de ambos pies siempre apoyados.
- ☉ Se utiliza para alargar la herramienta de ataque o bloqueo.
- ☉ La pierna de adelante determina la posición (derecha o izquierda)





➤ **Resúmen Histórico**

Un conjunto de circunstancias hizo posible el origen y desarrollo del Taekwon-Do.

Durante los 36 años que Corea estuvo ocupada por los japoneses el General Choi Hong Hi tuvo la oportunidad de recibir conocimientos de Karate japonés al alistarse en el ejército coreano, a los que le sumó los que ya había adquirido a los 15 años, los de Taek Kyon. En 1945 luego de que Corea fue liberada, el general tuvo el privilegio de ser un miembro fundador de las Fuerzas Armadas de Corea del Sur. Así por un lado adquirió un sentido de creación y por otro el poder para diseminar Taekwon-Do a través de todas las fuerzas armadas, a pesar de una gran oposición.

En 1938 pocos días antes de salir de Corea para ir a estudiar a Japón ocurrió un incidente imprevisto, en el que el General Choi Hong Hi fue implicado, esto hizo que en su regreso a Corea tuviera el riesgo de sufrir represalias en su contra.

Fue así que decidió llegar a ser cinturón negro de Karate cuando estaba en Japón. Pensaba que estas técnicas lo protegían lo suficiente contra los que le quisieran hacer daño. El General no podía regresar a Corea, además fue él quien había iniciado el movimiento de liberación nacional conocido como el incidente de los soldados estudiantes de Pyongyang. Lo pusieron en una prisión militar japonesa durante un tiempo. En enero de 1946 recibió el grado de subteniente en la recién nacida república de Corea y fue destinado al 4° regimiento de infantería de Kwangju, en la provincia de Cholla del sur como comandante de compañía.

Empezó a enseñar Karate a sus soldados como medio de entrenamiento físico y mental. Entonces comprendió que había que desarrollar su propio arte marcial nacional, superior al espíritu y técnica del Karate japonés.

Estaba fuertemente convencido de que el hecho de enseñarlo por todo el país le permitiría realizar la promesa que había hecho a sus tres compañeros con los que había compartido su encarcelamiento en Japón.

La razón por la cual nuestro pueblo sufre así en manos de los japoneses –dijo- es que nuestros antepasados fallaron en dirigirnos con sabiduría. Han explotado al pueblo y, finalmente, perdieron el país ante la dominación extranjera. Si un día recuperamos nuestra libertad e independencia, no seamos los dirigentes del pueblo, al contrario, dediquémonos a aconsejar a los que gobiernan.

Fue con esa ambición que empezó a desarrollar las nuevas técnicas, en forma sistemática. **A fines de 1954, casi había terminado de fundar un nuevo arte marcial para Corea, y el 11 de abril de 1955, éste arte recibió el nombre de TAEKWON-DO.**

El 22/3/1966 se crea la Federación Internacional de Taekwon-Do (ITF).

El TKD ingresó en Argentina en 1967, por 3 instructores, Han Chang Kim (4° dan) , Nam Sung Choi (1° dan) y Kuan Duk Chung (1° dan).

➤ **Hosin Sul**

Estas técnicas son las más avanzadas del Taekwon-Do, son en todo sentido para una autodefensa realmente práctica.

La mayoría de estas técnicas, a excepción de los movimientos para provocar fracturas, constituyen la aplicación lógica de los movimientos adquiridos en las formas, movimientos fundamentales y combate, para que el estudiante los utilice en contra de un ataque sorpresivo realizado por un adversario armado o no.

El practicante debe saber utilizar el momento de su adversario y su fuerza usando también su propia acción dinámica y reflejos.

Para que estas técnicas sean eficaces el estudiante debe dedicarle tiempo para entrenarlas de modo constante y en condiciones realistas.

✓ **Resoluciones**

- ☉ *Por ataque o golpe a puntos vitales.*
- ☉ *Por rotura de la articulación del atacante.*
- ☉ *Por liberación del agarre.*