
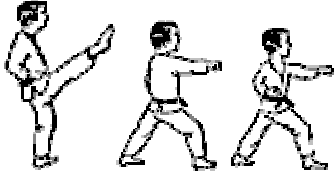

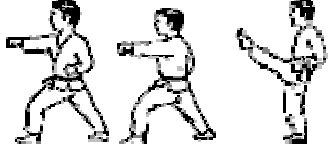


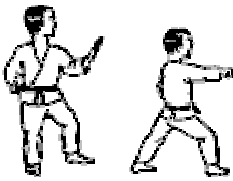
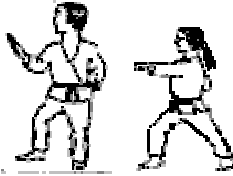






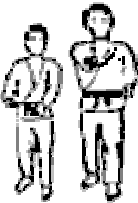
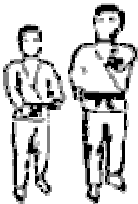


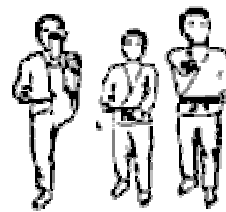
## Taegeuk Sam Jang

|  |   |
|--|---|
| <p><b>Stap 1:</b> Kijk links – Draai naar links(90'), linker arm lage afweer – loopstand</p>   |    |
| <p><b>Stap 2:</b> Met de rechter voet voorwaartse trap gevolgd door een dubbele stoot op borsthoogte *lange stand*</p>   |    |
| <p><b>Stap 3:</b> Kijk rechts – draai naar rechts(180'), rechter arm lage afweer – loop stand</p>  |    |
| <p><b>Stap 4:</b> Met de linker voet voorwaartse trap gevolgd door een dubbele stoot op borsthoogte *lange stand*</p>  |   |
| <p><b>Stap 5:</b> Kijk links – draai naar links(90'), rechter arm slag in de nek met meshand (handpalm naar boven) – loop stand</p>  |  |
| <p><b>Stap 6:</b> Rechter voet voorwaarts – linker arm slag in de nek met meshand (handpalm naar boven) – loop stand</p>   |  |
| <p><b>Stap 7:</b> Kijk links – draai naar links(90'), linker arm afweer met meshand – korte stand, gevolgd met een stoot vanuit de rechter arm op borsthoogte en een <b>standverandering korte stand naar lange stand</b></p>    |  |
| <p><b>Stap 8:</b> Kijk rechts – draai naar rechts(180'), rechter arm afweer met meshand – korte stand, gevolgd met een stoot vanuit de linker arm op borsthoogte en een <b>standverandering korte stand naar lange stand</b></p> |  |

|  |   |
|--|---|
| <p><b>Stap 9:</b> Kijk links – draai naar links(90'), rechter arm midden blok – loop stand</p>   |    |
| <p><b>Stap 10:</b> Rechter voet voorwaarts – linker arm midden blok – loop stand</p>   |    |
| <p><b>Stap 11:</b> Kijk links – draai naar links(270'), linker arm lage afweer – loop stand</p>  |    |
| <p><b>Stap 12:</b> Met de rechter voet voorwaartse trap gevolgd door een dubbele stoot op borsthoogte *lange stand*</p>  |    |
| <p><b>Stap 13:</b> Kijk rechts – draai naar rechts(180'), rechter arm lage afweer – loop stand</p>   |   |
| <p><b>Stap 14:</b> Met de linker voet voorwaartse trap gevolgd door een dubbele stoot op borsthoogte *lange stand*</p>   |  |
| <p><b>Stap 15:</b> Kijk links – draai naar links(90') linker voet voor – linker arm lage afweer gevolgd door een stoot met de rechter arm op borsthoogte – loop stand<br/><br/>(plaatje afgebeeld van de achter zijde)</p> |  |
| <p><b>Stap 16:</b> Rechter voet voor – rechter arm lage afweer gevolgd door een stoot met de linker arm op borsthoogte – loop stand<br/><br/>(plaatje afgebeeld van de achter zijde)</p>                                   |  |

**Stap 17:** Met de linker voet een voorwaartse trap gevolgd door met de linker arm lage afweer gevolgd door een stoot met de rechter arm op borsthoogte – loop stand

(plaatje afgebeeld van de achter zijde)



**Step 18:** Met de rechter voet een voorwaartse trap gevolgd door met de rechter arm lage afweer gevolgd door een stoot met de linker arm op borsthoogte – loop stand  
!!KIAP!!

(plaatje afgebeeld van de achter zijde)

