














# Action Tae Kwon DO

## Versailles



 <p><b>Ch'aio</b></p>	 <p><b>joumbi</b></p>	<p><b>Owen ApKoubi Alé Maki</b></p>  <p>avancer pied gauche grande position (ApKoubi) blocage bras gauche (AléMaki)</p>
<p><b>Oreun ApKoubi montong bandaé Jileugi</b></p>  <p>avancer pied droit grande position coup de poing droit (Bandaé Jileugi)</p>	<p><b>Owen ApKoubi montong bandaé Jileugi</b></p> 	<p><b>Oreun ApKoubi montong bandaé Jileugi -KiAP-</b></p> <p>Poussez un cri sur le coup de poing</p> <p><b>Kiap</b></p> 
<p><b>Tio Tora Owen ApKoubi Alé Maki</b></p> <p>Demi-tour à gauche avancer pied G grande position blocage bras G</p> 	<p><b>Oreun ApKoubi montong bandaé Jileugi</b></p> 	<p><b>Owen ApKoubi montong bandaé Jileugi</b></p> 
<p><b>Kiap</b></p>  <p><b>Oreun ApKoubi montong bandaé Jileugi -KiAP-</b></p>	 <p><b>Balo</b></p> <p>au commandement revenir en position de départ (Joumbi) en tournant par la gauche</p>	<p><b>Kitcho il jang</b></p>