

LES POSITIONS DE BASE

MOA SEUGUI : pieds joints, jambes tendues

TCHALIOT SEUGUI : talons joints, pointes de pieds ouvertes à 45°

NARANHI SEUGUI : pieds parallèles, distant d'un pied

JOUTCHOUM SEUGUI : position du cavalier, pieds parallèles distant d'un pas et demi

NATCHOA SEUGUI : position large, pieds parallèles distant de deux pas

AP SEUGUI : position de marche, un pas entre les pieds, intérieurs des talons sur la même ligne

AP KOUBI SEUGUI : position longue, une largeur d'épaule et un pas et demi entre les pieds,
Jambe avant fléchie perpendiculaire au sol, jambe arrière tendue

DWITT KOUBI : pied perpendiculaires distant d'un pas 1 /2, talons sur la même ligne, jambe
Fléchies genoux orientés vers les orteils, poids du corps sur la jambe arrière

BEUM SEUGUI : pied arrière ouvert à 30°, pied avant sur la pointe, genoux fléchis poids du corps
Sur la jambe arrière

PYONNI SEUGUI : pieds écartés, distance des pieds entre les talons, pointes de pieds à 30°
Vers l'extérieur

DWITT KOA SEUGUI : jambes croisées, pied avant ouvert a 30°, talon du pied arrière levé,
tibia sur le mollet de la jambe avant (tronc de profil)

AP KOA SEUGUI : jambes croisées, genoux fléchis, pied avant ouvert a 30° (extérieur) talon du
pied arrière levé, tibia en appui sur le mollet de la jambe avant, dans un
déplacement latéral (tronc de profil)

HAKTARI SEUGUI : appui sur une jambe fléchie l' autre levée et pliée avec la voute du pied sous
le genou (intérieur)

OGUEUM SEUGUI : appui sur une jambe, l'autre jambe fléchie le pied derrière le creux poplité
de la jambe d' appui