

LES COUPS DE PIED

TCHAGUI OFFICIEL

AP-TCHAGUI : coup de pied de face, frappe avec le bol du pied

YOP-TCHAGUI : coup de pied de profil , frappe avec le talon

DOLYEU TCHAGUI : coup de pied circulaire , frappe avec la face dorsale ou le bol du pied

BANDAL TCHAGUI : coup de pied ascendant a 45° frappe avec la face dorsale ou le bol du pied

DWITT-TCHAGUI : coup de pied retourne, frappe de dos avec le talon

DWIRO DORA YOP TCHAGUI : coup de pied retourne , frappe de profil avec le talon

Foulyeu-tchagui : coup de pied de profil fouette' intérieur /extérieur avec le talon

NAKKA TCHAGUI : : coup de pied crocheté , patte de chat

DWIRO-DORA-FOULYEU TCHAGUI : coup de pied Foulyeu-tchagui avec rotation a 180°

MON-DOLYEU TCHAGUI : coup de pied retourne avec une rotation de 360° frappe talon

BITEUREU OU BITEULO TCHAGUI : coup de pied avec torsion ,de l interieure vers l exterieur

MIREU TCHAGUI : coup de pied frontal en poussant avec le dessous du pied

ANN TCHAGUI : coup de pied en demi-lune ,vers l interieur

BAKKAT TCHAGUI : coup de pied en demi-lune, vers l' exterieur

NELYO TCHAGUI : coup de pied écrasant, frappe avec le talon

ANN NELYO TCHAGUI : coup de pied écrasant vers l' interieur, frappe avec le talon

BAKKAT NELYO TCHAGUI : : coup de pied écrasant vers l' exterieur, frappe avec le talon

PYO-JEUK TCHAGUI : coup de pied ciblé dans la paume de la main opposée

DOU-BAL-DANG SANG AP TCHAGUI : deux coups de pied de face enchainé

TCHAGUI GENERALITES

AP BAL TCHAGUI : coup de pied jambe avant

DWITT BAL TCHAGUI : coup de pied jambe arrière

KEUDEUP TCHAGUI : coup de pied identique , exécuté plusieurs fois sans reposer

AP BAL KOUROH TCHAGUI : coup de pied jambe avant, pas glissé

DUIT BAL KOUROH TCHAGUI : coup de pied jambe arrière , pas glissé

HAN GORUM NAGAMIEN TCHAGUI : coup de pied jambe avant , en avançant en pas chassé

Y OH TCHAGUI : coup de pied identique , enchainé avec les deux jambes

SOK OH TCHAGUI : enchainement de coups de pied différents avec la même jambe

TUYEU TCHAGUI : coup de pied sauté

KAWI TCHAGUI : coup de pied sauté frontal sur 2 cibles

NOPI TCHAGUI : coup de pied en hauteur

TCHAGUI : coup de pied avec un impact fouetté

TCHIREUGI : frappe en utilisant les extrémités des pieds ou des mains