

【9級で覚えること】

サージュマッキに出てくる動作の名称…

コンヌンソ・ソンカル・ナジュンデ・パロマッキ

コンヌンソ・アンパルモ・カウンデ・ヨンマッキ

※ソンカル→手刀

※ヨンマッキ→『ヨン』…横、『ヨンマッキ』→横受け

チョンジ（天地）に出てくる新しい動作の名称…

ニウンチャソ・アンパルモ・カウンデ・ヨンマッキ

ニウンチャソギ…足の向きを前になる足が真っ直ぐ、後ろになる足が真横にする。前の足のつま先から後ろの足の外側が肩幅の 1.5 倍になるように開く。前足を 15° 内側に入れる。この状態で前足のつま先と後ろ足の踵が一直線上に並ぶようにする。後ろ足の膝をつま先のラインまで曲げ、前の膝はそのバランスをとるように曲げる。この状態で体重配分を前足 3、後ろ足 7 となるようにする。

チョンジ（天地）の意味…天地は東洋では万物の創造、歴史の始まりとされているので最初に習う型に名づけられました。動作数は 19。

サンボマツソギ（三歩約束組手）の 5,6 番に出てくる動作の名称…

ニウンチャソ・カウンデ・パンデチルギ

ニウンチャソ・アンパルモ・カウンデ・ヨンマッキ

ニウンチャソ・オープンソク・カウンデ・パンデトゥルキ

※パンデ→逆

※オープンソク→『オープン』…伏せた、『ソク』…指先

※トゥルキ→貫手