

LES COUPS DE PIED : "TCHAGUI" - "OFFICIEL "		
NOM	DESCRIPTION	"Dan"
1^{er} & 2^{ème} Dan		
Ap tchagui	Coup de pied de face, frappe avec le bol du pied (<i>dessous des métatarsiens</i>)	1 ^{er} & 2 ^{ème} Dan
Yop tchagui	Coup de pied de profil, frappe avec le talon (<i>Balnal ou duit tchouk</i>)	1 ^{er} & 2 ^{ème} Dan
Dolyeu tchagui	Coup de pied circulaire frappe avec le bol ou la face dorsale du pied (<i>baldung ou ap tchouk</i>)	1 ^{er} & 2 ^{ème} Dan
Bandal tchagui	Coup de pied ascendant à 45° (<i>ancien bit ch'agui</i>), frappe avec le bol ou la face dorsale du pied (<i>baldung ou ap tchouk</i>)	1 ^{er} & 2 ^{ème} Dan
Mireu tchagui	Coup de pied frontal en poussant avec le dessous du pied (<i>balpadak</i>)	1 ^{er} & 2 ^{ème} Dan
Ann tchagui	Coup de pied en demi lune, vers l'intérieur, frappe avec le tranchant interne du pied (<i>balnal dung</i>)	1 ^{er} & 2 ^{ème} Dan
Bakkat tchagui	Coup de pied en demi lune, vers l'extérieur, frappe avec le tranchant externe du pied (<i>balnal</i>)	1 ^{er} & 2 ^{ème} Dan
Nelyeu tchagui	Coup de pied écrasant, frappe avec le talon ou le dessous du pied (<i>balpadak ou duitkourtchi</i>)	1 ^{er} & 2 ^{ème} Dan
Ann nelyeu tchagui	Coup de pied écrasant vers l'intérieur, frappe avec le talon ou le dessous du pied (<i>balpadak ou duitkourtchi</i>)	1 ^{er} & 2 ^{ème} Dan
Bakkat nelyeu tchagui	Coup de pied écrasant vers l'extérieur, frappe avec le talon ou le dessous du pied (<i>balpadak ou duitkourtchi</i>)	1 ^{er} & 2 ^{ème} Dan
Dou bal dang sang ap tchagui	Deux Coups de pied de face enchaîné (<i>sans poser entre les deux</i>), frappe avec le bol du pied (<i>dessous des métatarsiens</i>)	1 ^{er} & 2 ^{ème} Dan
3^{ème} & 4^{ème} Dan		
Dwitt tchagui	Coup de pied retourné, frappe de dos avec le talon (<i>duit tchouk ou balnal duit tchouk</i>)	3 ^{ème} & 4 ^{ème} Dan
Dwiro dora yop tchagui	Coup de pied retourné, frappe de profil avec le talon (<i>Balnal ou duit tchouk</i>)	3 ^{ème} & 4 ^{ème} Dan
Foulyeu tchagui	Coup de pied de pied de profil fouetté (<i>intérieur/extérieur</i>), frappe avec le talon ou le dessous du pied (<i>balpadak ou duitkourtchi</i>)	3 ^{ème} & 4 ^{ème} Dan
Dwiro dora foulyeu tchagui	Coup de pied " Foulyeu tchagui " avec une rotation de 180°	3 ^{ème} & 4 ^{ème} Dan
Mon dolyeu tchagui :	Coup de pied retourné avec une rotation de 360°, frappe avec le talon ou le dessous du pied (<i>balpadak ou duitkourtchi</i>)	3 ^{ème} & 4 ^{ème} Dan
Pyo jeuk tchagui	Coup de pied ciblé dans la paume de la main opposée, frappe avec l'intérieur du pied (<i>balnal dung</i>)	3 ^{ème} & 4 ^{ème} Dan
5^{ème} & 6^{ème} Dan		
Nakka tchagui	Coup de pied de profil croché (<i>intérieur/extérieur</i>), frappe avec le talon (<i>duitkourtchi</i>)	5 ^{ème} & 6 ^{ème} Dan
Biteureu tchagui	Coup de pied ascendant avec un mouvement en torsion de l'intérieur vers l'extérieur, frappe avec le bol du pied (<i>dessous des métatarsiens</i>)	5 ^{ème} & 6 ^{ème} Dan
GENERALITES		
1^{er} & 2^{ème} Dan		
Ap bal tchagui	Coup de pied jambe avant	1 ^{er} & 2 ^{ème} Dan
Dwitt bal tchagui	Coup de pied jambe arrière	1 ^{er} & 2 ^{ème} Dan
Keudeup tchagui	Coup de pied identique, exécuté plusieurs fois sans reposer	1 ^{er} & 2 ^{ème} Dan
Ap bal kouroh tchagui	Coup de pied jambe avant, pas glissé	1 ^{er} & 2 ^{ème} Dan
Duit bal kouroh tchagui	Coup de pied jambe arrière, pas glissé	1 ^{er} & 2 ^{ème} Dan
Han gorum nagamien tchagui	Coup de pied jambe avant, en avançant en pas chassé	1 ^{er} & 2 ^{ème} Dan
Y oh tchagui	Coup de pied identique, enchaîné avec les deux jambes	1 ^{er} & 2 ^{ème} Dan
Sok oh tchagui	Enchaînement de coups de pieds différents avec la même jambe	1 ^{er} & 2 ^{ème} Dan
Y oh sok oh tchagui	Enchaînement de coups de pieds différents en changeant de jambe	1 ^{er} & 2 ^{ème} Dan
Tuyeu tchagui	Coup de pied sauté	1 ^{er} & 2 ^{ème} Dan
Dolyeu tuyeu tchagui	Coup de pied sauté avec élan sans obstacle	1 ^{er} & 2 ^{ème} Dan
Nopi tchagi :	Coup de pied en hauteur	1 ^{er} & 2 ^{ème} Dan
Tchagui	Coup de pied avec un impact fouetté	1 ^{er} & 2 ^{ème} Dan
Tchireugi :	Frappes en utilisant les extrémités des pieds ou des mains	1 ^{er} & 2 ^{ème} Dan
3^{ème} & 4^{ème} Dan		
Dabang yang tchagui	Enchaînement de plusieurs techniques dans différentes directions en changeant de jambe	3 ^{ème} & 4 ^{ème} Dan
Tuyeu y oh tchagui	Coup de pied sauté identique, enchaîné avec les deux jambes	3 ^{ème} & 4 ^{ème} Dan
Tuyeu y oh sok oh tchagui	Enchaînement de différents coups de pied sautés avec les 2 jambes	3 ^{ème} & 4 ^{ème} Dan
Modeum bal tchagui	Coup de pied sauté pieds joints	3 ^{ème} & 4 ^{ème} Dan
Kawi tchagui	Coup de pied sauté frontal sur 2 cibles	3 ^{ème} & 4 ^{ème} Dan
Tuyeu neum oh tchagui	Coup de pied sauté par dessus un obstacle	3 ^{ème} & 4 ^{ème} Dan
Il tja tchagui	Coup de pied sauté avec des techniques différentes pour chaque jambe	3 ^{ème} & 4 ^{ème} Dan