

# Graderingskrav Sa-Ja Taekwon-Do

Yngre minior, Minior och Kadett, barn upp till 13 år

Dokumentet är sammanfattat från de nationella graderingskraven som finns på <http://www.itfsweden.com>. I nuläget är inte de nationella självförsvarsövningarna aktuella.

Graderingskraven avser den grad som ni vill gradera till. Om ni t.ex. har vitt bälte så ska ni titta på kraven till vitt bälte med svart streck. **Observera att ni även ska kunna kraven till de lägre graderna!** Kadetter (12-13 år) har helfärgade bälten medans Yngre Miniorer (- 9 år) och Miniorer (10-11 år) har färgbälten med vitt streck i mitten. Graderingskraven förblir detsamma.

Förutom de nedskrivna kraven så tillkommer **självförsvar, teori och fystester**. Lite teori finns med i häftet (men inte allt!) och självförsvar går igenom på träning och läger. Generellt blir kraven högre ju högre upp i graderna man kommer. Det allra viktigaste vid all gradering är **vilja** och **kraft**. Vid grundteknik och tul är fokus extra mycket på **ställningarna** men också **andning, tempo** och **teknik**.

Taekwon-Do är en kampsport från Korea som grundades den 11 april 1955 av general Choi Hong Hi. Den 22 mars 1966 grundades ITF.

**Tae** hopp/flygning med bentekniker.

**Kwon** slag, förstöring med handen/knytnäven.

**Do** väg, moral, sätt att leva och agera.

## Elevens Ed

1. Jag ska följa Taekwon-Do's regler.
2. Jag ska respektera mina instruktörer och seniorelever.
3. Jag ska aldrig missbruka Taekwon-Do.
4. Jag ska bli en förespråkare för frihet och rättvisa.
5. Jag ska hjälpa till att bygga en fredligare värld.

**Taekwon-Do cirkeln** illustrerar de olika delarna i Taekwon-Do. För att behärska Taekwon-do måste man praktisera alla delar.

Matsugi	Sparring
Hosin Sul	Självförsvar
Gibon Yonsup	Grundtekniker
Tul	Mönster
Dallyon	Redskapsträning

## Grundsatser

Ye Ui	Artighet
Yom Chi	Okränkbarhet ( <i>Ärlighet</i> )
In Nae	Ståndaktighet ( <i>Uthållighet</i> )
Guk Gi	Självkontroll
Baekjul Boolgool	Oövertvinnerlig anda

**Bältfärgen** och dess symbolik.

Vitt bälte	Oskyldighet då en ny elev inte har tidigare kunskap.
Gult bälte	Den jord som växten slår rot i, likt den grund till Taekwon-Do som läggs här.
Grönt bälte	Utvecklingen av växten när skickligheten i Taekwon-Do utvecklas.
Blått bälte	Himlen som växten sträcker sig mot då den utvecklas till ett träd samtidigt som Taekwon-Do träningen fortsätter.
Rött bälte	Fara och uppmanar till kontroll hos eleven och varnar opponenter att hålla sig borta.
Svart bälte	Motsatsen till vitt, samt mogenhet och behärskande av Taekwon-Do. Motstånd mot mörker och rädsla. Finns 9 grader svart, anknyter till koreas tradition och historia.



Vill uppnå **10 kup-2**

<b>Teknikgrupp</b>	<b>Teknik</b>	<b>Förklaring</b>	<b>Anmärkning</b>
<b>Sogi</b> Ställningar	Annun sogi Gunnun sogi	Sittställning Gå ställning	1.5 axelbredd bred 1.5 axelbredd lång, 1 bred
<b>Son gisol</b> Handtekniker	Annun sogi kaunde jirugi Gunnun sogi baro jirugi Gunnun sogi bakat palmok najunde makgi Gunnun sogi an palmok makgi	Sittställning mittendel slag Gåställning samma sida slag Gåställning låg ytterarms block Gåställning innerarms block	Enkelt och dubbelt slag
<b>Bal gisol</b> Bentekniker	Gonnun sogi ap cha olli Annun sogi yop cha olli Gonnun sogi ap cha busigi	Gåställning framåt svingande spark Sittställning svingande spark Gåställning framåt snärt spark	Stretch spark, rakt ben Stretch spark, rakt ben åt sidan Uppspända tår
<b>Tul</b> Mönster	Gonnun sogi saju chagi/ap cha busigi Gonnun sogi saju chagi/ap cha olli Saju jirugi Chon ji tul	Sparkar i fyra riktningar, snärtande spark Sparkar i fyra riktningar, svingande spark Slag i fyra riktningar Himmel och jord	Stretch spark, rakt ben Med instruktörens hjälp Med instruktörens hjälp
<b>Matsogi</b> Kamp	Stegsparring 10-A (ensam) Attack	Gunnun sogi an palmok kaunde makgi Gunnun sogi kaunde bandae jirugi	Steg bakåt Direkt kontrung utan steg, fast motion
	Stegsparring 10-B (ensam) Försvar	Gunnun sogi bakkat palmok najunde makgi Gunnun sogi baro kaunde jirugi	Steg bakåt Steg framåt



Vill uppnå **9 kup-1**

<b>Teknikgrupp</b>	<b>Teknik</b>	<b>Förklaring</b>	<b>Anmärkning</b>
<b>Sogi</b> Ställningar	Niunja sogi	L-ställning	1.5 axelbredd lång
<b>Son gisol</b> Handtekniker	Gunnun sogi sonkal najunde makgi Niunja sogi kaunde palmok daebi makgi Niunja sogi kaunde an palmok makgi	Gåställning låg knivhands block L-ställning mitten ytterarm guard block L-ställning mitten innerarm block	
<b>Bal gisol</b> Bentekniker	Annun sogi yop dollyo chagi Gonnun sogi twimyo ap cha busigi	Sittställning sida rundspark Gåställning hoppande framåt snärt spark	Stegande bakom andra foten Saxandes
<b>Tul</b> Mönster	Saju makgi Chon ji tul	Blockering i fyra riktningar Himmel och jord	Med instruktörens hjälp 19 rörelser
<b>Matsogi</b> Kamp	Stegsparring 9-A (ensam) Försvar	Niunja sogi kaunde palmok daebi makgi Gunnun sogi kaunde bakkat palmok makgi Gunnun sogi kaunde bandae jirugi Niunja sogi kaunde palmok daebi makgi	Steg bakåt Förlängning av ställning med bakre fot Direkt kontrering utan steg Foten till foten bakåt



Vill uppnå **9 kup-2**

<b>Teknikgrupp</b>	<b>Teknik</b>	<b>Förklaring</b>	<b>Anmärkning</b>
<b>Son gisol</b> Handtekniker	Gunnun sogi chookyo palmok makgi Niunja sogi kaunde sonkal daebi makgi Niunja sogi yop sonkal taerigi	Gästallning stigande ytterarms block L-ställning knivhand guard block L-ställning sida knivhands huggande slag	
<b>Bal gisol</b> Bentekniker	Niunja sogi dollyo chagi Niunja sogi twimyo ap cha busigi	L-ställning rundspark L-ställning hoppande framåt snärt spark	Saxandes
<b>Tul</b> Mönster	Chon ji tul Dan gun tul	Himmel och jord Koreas legendariske grundare 2333 f.Kr	19 rörelser Med instruktörens hjälp, 21 rörelser
<b>Matsogi</b> Kamp	Stegsparring 9-B (ensam) Attack	Niunja sogi kaunde palmok daebi makgi Gunnun sogi kaunde baro jirugi Gunnun sogi kaunde baro jirugi Gunnun sogi kaunde baro jirugi Narani junbi sogi	Steg bakåt Steg framåt Steg framåt Steg framåt Steg framåt
	Stegsparring 9-B (ensam) Försvar	Niunja sogi kaunde palmok daebi makgi Gunnun sogi kaunde bakkat palmok makgi Gunnun sogi kaunde bakkat palmok makgi Gunnun sogi kaunde bakkat palmok makgi Gunnun sogi kaunde bandae jirugi Niunja sogi kaunde palmok daebi makgi Narani junbi sogi	Steg bakåt Förlängning av ställning med bakre fot Steg bakåt Steg bakåt Direkt kontrung utan steg Foten till foten bakåt Steg framåt



Vill uppnå **8 kup-1**

Teknikgrupp	Teknik	Förklaring	Anmärkning
<b>Son gisol</b> Handtekniker	Niunja sogi sang palmok makgi Gunnun sogi nopunde baro jirugi	L-ställning dubbel ytterarm block Gåställning högt samma sida slag	”Två likadana blockeringar”
<b>Bal gisol</b> Bentekniker	Annun sogi yop chagi Annun sogi twimyo yop dollyo chagi	Sittställning sido spark Sittställning hoppande sida rundspark	Saxandes
<b>Tul</b> Mönster	Chon ji tul Dan gun tul	Himmel och jord Koreas legendariske grundare 2333 f.Kr	19 rörelser 21 rörelser
<b>Matsogi</b> Kamp	Stegsparring 8-A Attack	Niunja sogi kaunde palmok daebi makgi Gunnun sogi kaunde baro jirugi	Steg bakåt Steg framåt
	Stegsparring 8-A Försvar	Niunja sogi kaunde palmok daebi makgi Gunnun sogi kaunde bakkat palmok makgi Gunnun sogi kaunde bandae jirugi Niunja sogi kaunde palmok daebi makgi	Steg bakåt Förlängning av ställning med bakre fot Direkt kontrung utan steg Foten till foten bakåt

Stegsparring sker i par i lugnt tempo. Ena sidan börjar attackera med höger ben, sedan försvar med samma ben. Gå fram i Narani junbi sogi samtidigt efter varie övning. Gör attack/försvar en gång per ben.



Vill uppnå **8 kup-2**

Teknikgrupp	Teknik	Förklaring	Anmärkning
<b>Son gisol</b> Handtekniker	Gunnun sogi sun sonkut tulgi	Gåställning med fingrarna vertikalt stickande	Från do san
	Gunnun sogi hechyoo palmok makgi	Gåställning separerande underarm block	Från do san
<b>Bal gisol</b> Bentekniker	Niunja sogi yop chagi	L-ställning sido spark	Saxandes
	Niunja sogi twimyo dollyo chagi	L-ställning hoppande sido rundspark	
<b>Tul</b> Mönster	Dan gun tul	Koreas legendariske grundare 2333 f.Kr	21 rörelser
	Do san tul	Do san är pseudonum för patrioten Ahn Chang Ho	Med instruktörens hjälp, 24 rörelser
<b>Matsogi</b> Kamp	Stegsparring 8-B Attack	Niunja sogi kaunde palmok daebi makgi Gunnun sogi kaunde baro jirugi Gunnun sogi kaunde baro jirugi Gunnun sogi kaunde baro jirugi	Steg bakåt Steg framåt Steg framåt Steg framåt
	Stegsparring 8-B Försvar	Niunja sogi kaunde palmok daebi makgi Gunnun sogi kaunde bakkat palmok makgi Gunnun sogi kaunde bakkat palmok makgi Gunnun sogi kaunde bakkat palmok makgi Gunnun sogi kaunde bandae jirugi Niunja sogi kaunde palmok daebi makgi	Steg bakåt Förlängning av ställning med bakre fot Steg bakåt Steg bakåt Direkt kontrung utan steg Foten till foten bakåt



Vill uppnå **7 kup-1**

<b>Teknikgrupp</b>	<b>Teknik</b>	<b>Förklaring</b>	<b>Anmärkning</b>
<b>Son gisol</b> Handtekniker	Gunnun sogi kaunde bandae jirugi	Gäställning mittendel andra sida slag	Slag med bakre fotens hand
	Annun sogi sonkal yop taerigi	Sittställning knivhand sido huggande slag	
	Gunnun sogi dung joomuk nopunde yop taerigi	Gäställning ovasida hand högt sido huggande slag	Från do san
<b>Bal gisol</b> Bentekniker	Niunja sogi ap cha busigi/dollyo chagi	L-ställning snärtande framåt spark, rundspark	Kombination med samma ben
	Annun sogi twimyo yop chagi	Sittställning hoppande sido spark	Saxandes
<b>Tul</b> Mönster	Dan gun tul	Koreas legendariske grundare 2333 f.Kr	21 rörelser
	Do san tul	Do san är pseudonum för patrioten Ahn Chang Ho	24 rörelser
<b>Matsogi</b> Kamp	Stegsparring 7-A Attack	Niunja sogi kaunde palmok daebi makgi Gunnun sogi nopunde baro jirugi	Steg bakåt Steg framåt
	Stegsparring 7-A Försvar	Niunja sogi kaunde palmok daebi makgi Gunnun sogi chookyo bakkat palmok makgi Annun sogi nopunde yop sonkal taerigi	Steg bakåt Förlängning av ställning med bakre fot Ändring av ställning med främre fot, fast motion
		Niunja sogi kaunde palmok daebi makgi	Foten till foten bakåt
<b>Kyok Pa</b> Krossningstekniker	Yop chagi		



Vill uppnå **7 kup-2**

Teknikgrupp	Teknik	Förklaring	Anmärkning
<b>Sogi</b> Ställningar	Gojung sogi	Fixerande ställning	1.5 axelbredd lång
<b>Son gisol</b> Handtekniker	Gunnun sogi dolmyo magki Gojung sogi kaunde baro jirugi	Gåställning rundblockering Förlängd L-ställning mittendel slag	Från won hyo
<b>Bal gisol</b> Bentekniker	Niunja sogi bakuro naeryo chagi Niunja sogi twimyo yop chagi	L-ställning utåt yxspark L-ställning hoppande sido spark	Spark innifrån och ut Saxandes
<b>Tul</b> Mönster	Do san tul Won hyo tul	Do san är pseudonum för patrioten Ahn Chang Ho Munken som införde buddismen till Korea (688 e.kr)	24 rörelser Med instruktörens hjälp, 28 rörelser
<b>Matsogi</b> Kamp	Stegsparring 7-B Attack	Niunja sogi kaunde palmok daebi makgi Kaunde dollyo chagi + kaunde palmok daebi makgi Kaunde dollyo chagi + kaunde palmok daebi makgi Kaunde dollyo chagi + kaunde palmok daebi makgi <i>Alla sparkar i stoppande form!</i> <i>Efter sparken sätts foten utanför motståndarens fot</i>	Steg bakåt Steg framåt Steg framåt Steg framåt
	Stegsparring 7-B Försvar	Niunja sogi kaunde palmok daebi makgi Niunja sogi kaunde sonkal daebi makgi Niunja sogi kaunde sonkal daebi makgi Niunja sogi kaunde sonkal daebi makgi Kaunde ap cha busigi Niunja sogi kaunde palmok daebi makgi	Steg bakåt Stå kvar i samma ställning Steg bakåt Steg bakåt Med främre ben Foten till foten bakåt
<b>Kyok Pa</b> Krossningstekniker	Yop chagi		





Vill uppnå **6 kup-1**

<b>Teknikgrupp</b>	<b>Teknik</b>	<b>Förklaring</b>	<b>Anmärkning</b>
<b>Sogi</b> Ställningar	Gooburyo sogi	Böjande ställning	Stående på ett ben, redo för yop chagi
<b>Son gisol</b> Handtekniker	Niunja sogi sonkal nopunde anuro taerigi Gooburyo sogi palmok daebi makgi	L-ställning knivhand högt inåt huggande slag	Från won hyo
<b>Bal gisol</b> Bentekniker	Niunja sogi tora yop chagi Niunja sogi goro chagi Niunja sogi twimyo bakuro naeryo chagi	L-ställning omvänd sido spark L-ställning krokspark L-ställning hoppande utåt yxspark	180 grader Med bakre ben Saxandes
<b>Tul</b> Mönster	Do san tul Won hyo tul	Do san är pseudonum för patrioten Ahn Chang Ho Munken som införde buddismen till Korea (688 e.kr)	24 rörelser 28 rörelser
<b>Matsogi</b> Kamp	Stegsparring 6-A Attack	Niunja sogi kaunde palmok daebi makgi Gunnun sogi kaunde baro jirugi	Steg bakåt Steg framåt
	Stegsparring 6-A Försvar	Niunja sogi kaunde palmok daebi makgi Gunnun sogi kaunde bakkat palmok makgi Kaunde yop cha jirugi Niunja sogi kaunde palmok daebi makgi	Steg bakåt Förlängning av ställning med bakre fot Med främre fot Foten till foten bakåt
	Yaksok matsogi - Ap chagi (30 sek)	Kamp med ap chagi	"Följa John"
<b>Kyok Pa</b> Krossningstekniker	Yop chagi		



Vill uppnå **6 kup-2**

<b>Teknikgrupp</b>	<b>Teknik</b>	<b>Förklaring</b>	<b>Anmärkning</b>
<b>Son gisol</b> Handtekniker	Gunnun sogi sonbadak golcho makgi Niunja sogi sang sonkal makgi	Gäställning handflatan greppande block L-ställning dubbel knivhand block	
<b>Bal gisol</b> Bentekniker	Niunja sogi goro chagi Niunja sogi twimyo goro chagi	L-ställning krokspark L-ställning hoppande krokspark	Saxandes
<b>Tul</b> Mönster	Won hyo tul Yul gok tul	Munken som införde buddismen till Korea (688 e.kr) Pseudonym för en filosof, Yi I	28 rörelser Med instruktörens hjälp, 38 rörelser
<b>Matsogi</b> Kamp	Stegsparring 6-B Attack	Niunja sogi kaunde palmok daebi makgi Gunnun sogi kaunde baro jirugi Kaunde dollyo chagi Niunja sogi kaunde palmok daebi makgi	Steg bakåt Steg framåt Stoppande Steg framåt
	Stegsparring 6-B Försvar	Niunja sogi kaunde palmok daebi makgi Gunnun sogi kaunde bakkat palmok makgi Niunja sogi kaunde palmok daebi makgi Kaunde yop cha jirugi  Niunja sogi kaunde palmok daebi makgi	Steg bakåt Förlängning av ställning med bakre fot Steg bakåt Främre ben innan motståndaren intagit slut- position Foten till foten bakåt
	Yaksok matsogi - Dollyo chagi (30 sek)	Kamp med dollyo chagi	"Följa John"
<b>Kyok Pa</b> Krossningstekniker	Yop chagi		



Vill uppnå **5 kup-1**

Teknikgrupp	Teknik	Förklaring	Anmärkning
<b>Son gisol</b> Handtekniker	Gunnun sogi doo palmok nopunde makgi Gunnun sogi ap palkup taerigi	Gäställning doo palmok hög block Gäställning framåt armbåge	
<b>Bal gisol</b> Bentekniker	Niunja sogi tora goro chagi Niunja sogi twimyo tora yop chagi	L-ställning omvänd krokspark L-ställning hoppande omvänd sido spark	180 grader
<b>Tul</b> Mönster	Won hyo tul Yul gok tul	Munken som införde buddismen till Korea (688 e.kr) Pseudonym för en filosof, Yi I	28 rörelser 38 rörelser
<b>Matsogi</b> Kamp	Stegsparring 5-A Attack	Niunja sogi kaunde palmok daebi makgi Gunnun sogi kaunde baro jirugi	Steg bakåt Steg framåt
	Stegsparring 5-A Försvar	Niunja sogi kaunde palmok daebi makgi Gunnun sogi kaunde bakkat palmok makgi Kaunde yop cha jirugi + kaunde tora yop chagi Niunja sogi kaunde palmok daebi makgi	Steg bakåt Förlängning av ställning med bakre fot Främre och bakre ben Foten till foten bakåt
	Yaksok matsogi - Yop chagi (30 sek)	Kamp med yop chagi	”Följa John”
<b>Kyok Pa</b> Krossningstekniker	Tora yop chagi		



Vill uppnå **5 kup-2**

<b>Teknikgrupp</b>	<b>Teknik</b>	<b>Förklaring</b>	<b>Anmärkning</b>
<b>Son gisol</b> Handtekniker	Gunnun sozi kyocha joomuk chukyo makgi Niunja sozi kaunde sonkal dung bakuro makgi	Gäställning korsande knytnävar resande block L-ställning mellan omvänd knivhand utåt block	
<b>Bal gisol</b> Bentekniker	Niunja sozi anuro naeryo chagi Niunja sozi dwit chagi	L-ställning inåt yxspark L-ställning bakåtspark	På mits
<b>Tul</b> Mönster	Yul gok tul Joong gun tul	Pseudonym för en filosof, Yi I Patrioten Ahn Joong gun	38 rörelser Med instruktörens hjälp, 32 rörelser
<b>Matsogi</b> Kamp	Stegsparring 5-B Attack	Niunja sozi kaunde palmok daebi makgi Kaunde dollyo chagi Niunja sozi kaunde palmok daebi makgi Gunnun sozi kaunde baro jirugi	Steg bakåt Stoppande Steg framåt Steg framåt
	Stegsparring 5-B Försvar	Niunja sozi kaunde palmok daebi makgi Niunja sozi kaunde palmok daebi makgi Gunnun sozi kaunde bakkat palmok kaunde makgi Kaunde yop cha jirugi + kaunde tora yop chagi Niunja sozi kaunde palmok daebi makgi	Steg bakåt Kort slide bakåt Steg bakåt Främre och bakre ben Foten till foten bakåt
	Yaksok matsogi - Goro chagi (30 sek)	Kamp med krokspark	"Följa John"
<b>Kyok Pa</b> Krossningstekniker	Tora yop chagi		



Vill uppnå **4 kup-1**

Teknikgrupp	Teknik	Förklaring	Anmärkning
<b>Sogi</b> Ställningar	Dwitbal sogi	Bakrebens ställning	1 axelbredd lång
<b>Son gisol</b> Handtekniker	Dwitbal sogi sonbadak ollyo makgi Gunnun sogi nopunde sang joomuk sewo jirugi	Bakrebens ställning handflatan uppåt block Gåställning höga dubbla slag mot okbenen	
<b>Bal gisol</b> Bentekniker	Niunja sogi tora bakuro naeryo chagi Niunja sogi tora goro chagi	L-ställning omvänd utåt yxspark L-ställning omvänd krokspark	
<b>Tul</b> Mönster	Yul gok tul Joong gun tul	Pseudonym för en filosof, Yi I Patrioten Ahn Joong gun	38 rörelser 32 rörelser
<b>Matsogi</b> Kamp	Stegsparring 4-A Attack	Niunja sogi kaunde palmok daebi makgi Gunnun sogi kaunde baro jirugi	Steg bakåt Steg framåt
	Stegsparring 4-A Försvar	Niunja sogi kaunde palmok daebi makgi Annun sogi bakkat palmok makgi + kiokja jirugi Niunja sogi kaunde palmok daebi makgi	Steg bakåt Steg framåt samtidigt Foten till foten bakåt
	Yaksok matsogi - Naeryo chagi (30 sek) Bal jaju matsogi	Kamp med yxspark Kamp med fottekniker	”Följa John” Endast mot kroppen
<b>Kyok Pa</b> Krossningstekniker	Tora yop chagi		



Vill uppnå **4 kup-2**

Teknikgrupp	Teknik	Förklaring	Anmärkning
<b>Son gisol</b> Handtekniker	Annun sogi bakat palmok san makgi Gunnun sogi kyocha joomuk noolo makgi		Från Toi gye Från toi gye
<b>Bal gisol</b> Bentekniker	Niunja sogi bandae dollyo chagi Niunja sogi bandae dollyo chagi/dollyo chagi		Dubbelspark kombination
<b>Tul</b> Mönster	Joong gun tul Toi gye tul	Patrioten Ahn Joong gun Filosof och lärd man, Yi Hwang	32 rörelser Med instruktörens hjälp, 37 rörelser
<b>Matsogi</b> Kamp	Stegsparring 4-B Attack	Niunja sogi kaunde palmok daebi makgi Nopunde dollyo chagi Niunja sogi kaunde palmok daebi makgi	Steg bakåt Bakre ben stoppandes Steg framåt
	Stegsparring 4-B Försvar	Niunja sogi kaunde palmok daebi makgi Gojung sogi bakkat palmok makgi + nopunde jirugi Niunja sogi kaunde palmok daebi makgi	Steg bakåt Slide framåt, slag bredvid Foten till foten bakåt
	Yaksok matsogi - Dwit chagi (30 sek) Bal jaju matsogi	Kamp med bakåt spark	”Följa John” Endast mot kroppen
<b>Kyok Pa</b> Krossningstekniker	Tora yop chagi		

Det finns 24 mönster i ITF Taekwon-Do, här är en lista på de 9 färgbältesmönsterna upp till svart bälte. Ett tips om ni vill öva extra är att alla mönster finns på youtube, sök bara på namnet på mönstret följt av ordet tul, till exempel "Chon Ji Tul". Det finns bra videos med Jaroslaw Suska och Julia Cross.

<b>Tul</b>	<b>Rörelser</b>	<b>Betydelse</b>
Chon Ji	19	Himmel och jord, symboliserar världens skapelse.
Dan Gun	21	Helige Dan Gun, Koreas legendariske grundare 2333 f.Kr.
Do San	24	Pseudonym för patrioten Ahn Chang Ho (1876-1938). De 24 stegen representerar hans liv som ägnades åt att främja utbildningsnivån i Korea och Koreas frihetsrörelse.
Won Hyo	28	Munken som introducerade Buddhismen i Korea under Silladynastin 686.
Yul Gok	38	Pseudonym för filosofen Yi I (1500-talet) "Konfucius av Korea". De 38 teknikerna symboliserar hans födelse på den 38:e breddgraden. Diagrammet betyder lärd.
Joong Gun	32	Ahn Joong Gun en koreansk patriot som avrättade den första japanska generalguvernören i korea. De 32 rörelserna symboliserar hans ålder då han blev dödad i Lui Shung fängelset 1910.
Toi Gye	37	En känd lärd man Yi Hwan (1500-talet), en stor auktoritet inom Neo-Konfucianimsen. De 37 rörelserna symboliserar hans födelse på den 37:e breddgraden. Diagrammet betyder lärd.
Hwa Rang	29	Ungdomens Blomma. En militär ungdomsgrupp i Silla dynastin 600-talet. De 29 rörelser symboliserar den 29:e infanteridivisionen av den Koreanska Armén, kallad "Nävens Division", som Gen. Choi organiserade år 1953 på Cheju ön. Det var där som grundarna till dagens moderna Taekwon-do lades.
Choong Moo	30	Namnet på amiral Yi Soon Sin som år 1592 uppfann det första helbepansrade stridsfartyget, föregångare till dagens ubåt. Avslutas med vänster hand vilket symboliserar hans tragiska död och att hans anorma potential och styrka hämmades på grund av hans lojalitet mot den regerande kungen.