



SIPALKI
**HYONG
 POR
 SOO NAN YOO**

Soo Nan Yoo, 9º dan de sipalki, realiza en estas páginas el hyong lon-ki-i-sik, de ataque y defensa combinadas contra varios atacantes.



1) Posición inicial (Cha yon se).



2) Mano izquierda a la altura de la mejilla derecha.



3) Ataque sudo a la clavícula (mano en un ángulo de 45º).



4) Palma derecha, a 90º, a la altura de la cabeza.



5) Defensa con izquierda, ataque con derecha a la clavícula (simultáneamente).



6) Posición Cha yon se.



7) Defensa con el canto de la mano.



8) Mano derecha paralela a la izquierda.



9) Ataque con los codos (Fal kub kong kiuk)



10) Ataque con sudo, ambas manos.



11) Giro hacia la derecha en posición de avance. Mano izquierda a la altura del hombro, mano derecha cubriendo los genitales.

12) Mano derecha a la altura del mentón.



13) Girar las dos manos hacia adelante 14) La mano derecha ataca en sudo de arriba hacia abajo; la izquierda defiende.



15) Pierna derecha retrocede, el peso sobre la izquierda (Che yo juriok se). La defensa es con el dorso de la palma a la altura de los genitales.



16) Sudo de derecha, pasando sobre la cabeza.



17) Mano derecha baja a la altura de la rodilla izquierda.



18) Ataque con sudo a la altura de la rodilla.



19) Pierna derecha avanza en posición Chu yon se.



20) Mano derecha sube a la altura de la cabeza.



21) El movimiento continúa hacia arriba.



22) Ataque con sudo kong kio.



23) Se levanta la palma izquierda 90°.



24) La palma izquierda ataca a la altura del pecho (Chan kong kio).



25) Retrocediendo el pie derecho (Juriok se), dorso mano izquierda a la altura de la oreja.



26) La mano derecha se mueve hacia abajo.



27) Defensa con mano der., (Chan olio bang-o).



28) La mano derecha pasa por sobre la cabeza hasta el hombro izq.



29) Sigue el movimiento de dicha mano.



30) Ataca a la altura del cuello (sудо kong kio).



31) Se levanta la palma de la mano izquierda 90°.



32) Izquierda ataca, derecha defiende.



33) El pie derecho retrocede un paso (Juriok se), con sudo ambas manos a la altura de la cintura.



34) Se levantan ambas manos a la altura de los hombros.



35) Ataque con las palmas de las manos (Chang kong kio).



36) Palma izquierda ataca a la altura del pecho.



37) Avance hacia la posición inicial (Cha yon se).