

# **DTaF's officielle Poomse-bog**

# Indholdsfortegnelse

## Kapitel 2 - Poomse's

BESKRIVELSE AF POOMSE .....	3
DIAGRAMMER SOM VISER HVER POOMSE-LINIE :.....	4
POOMSE KORYO.....	6
POOMSE KEUMGANG.....	30
POOMSE TAEBAEK .....	44
POOMSE PYONGWON.....	63
POOMSE SIPJIN .....	79
POOMSE JITAE .....	99
POOMSE CHONKWON.....	112
POOMSE HANSU .....	129
POOMSE ILYEO .....	146
PENSUM 1. DAN TIL 6. DAN .....	158

## Beskrivelse af Poomse.

### (A) Typer af Poomse-linier

<b>Koryo</b>	Formen af et kinesisk skrifttegn, som betyder en <b>lærd mand</b> .
<b>Keumgang</b>	Et kinesisk skrifttegn, som betyder et <b>bjerg</b> (diamantbjerget).
<b>Taebaek</b>	Et kinesisk skrifttegn, som betyder en <b>håndværker</b>
<b>Pyongwon</b>	Et kinesisk skrifttegn, som betyder tallet <b>en</b> .
<b>Sipjin</b>	Et kinesisk skrifttegn, som betyder tallet <b>ti</b> .
<b>Jitae</b>	Formen af en koreansk vokal, der udtales " <b>oh</b> ".
<b>Chonkwon</b>	Formen af en koreansk vokal, der udtales " <b>wu</b> ".
<b>Hansu</b>	Et kinesisk skrifttegn, som betyder <b>vand</b> .
<b>Ilyo</b>	Formen af et <b>svastika</b> .

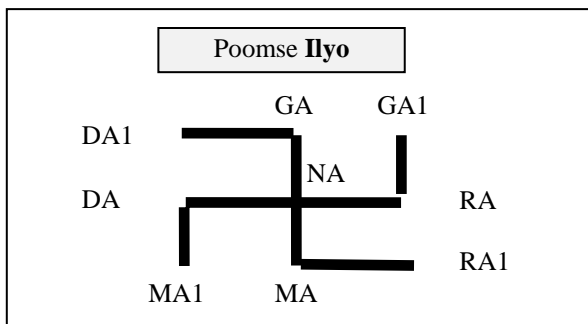
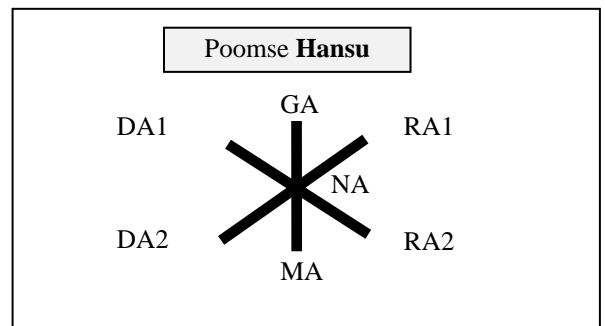
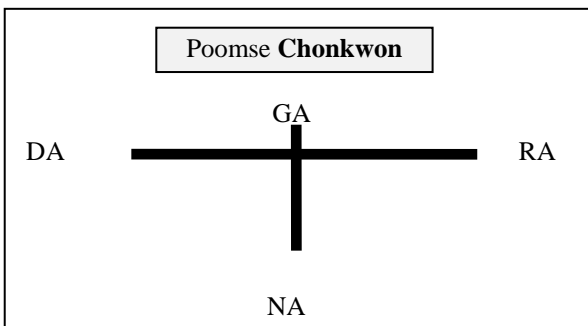
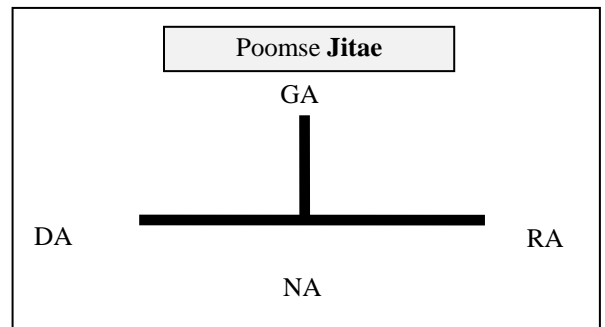
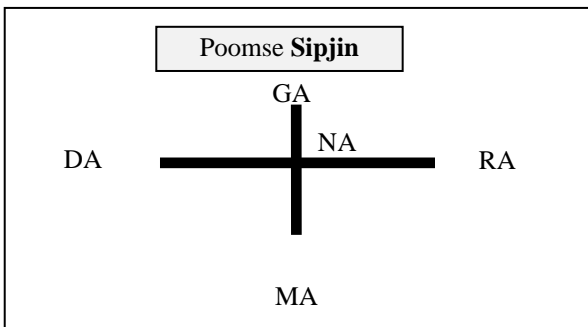
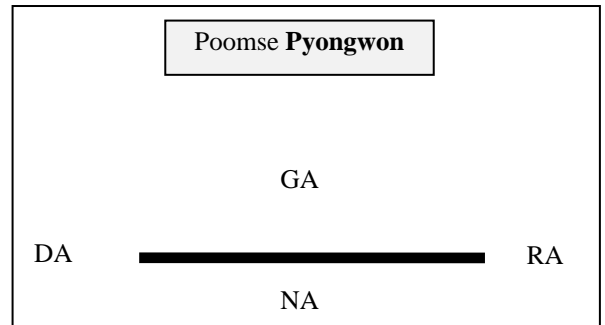
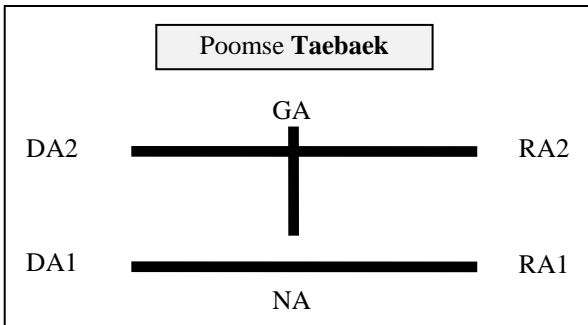
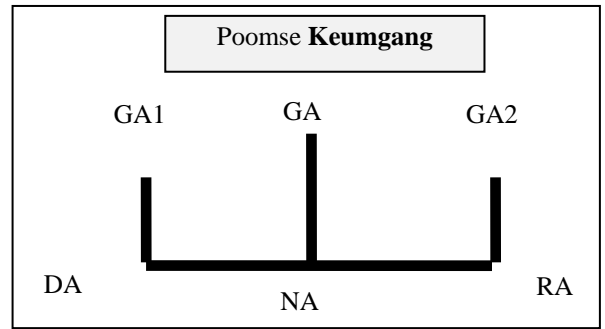
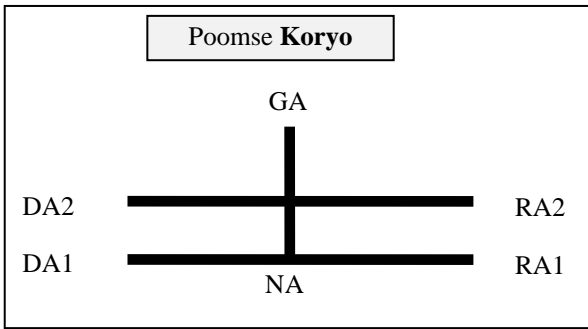
### (B) Symboler der udtrykker retningerne af Poomse-linierne

For den diagrammatiske betegnelse af hver Poomse-linie bliver nogle fonetiske symboler fra det koreanske alfabet brugt til at markere positionen af eleven, som udøver Poomse-træning

- Na** : Altid startpunktet af hver Poomse
- Ga** : Retning fremad
- Da** : Venstre side fra startpunktet
- Ra** : Højre side fra startpunktet
- Ma** : Retning bagud

Startpunktet er **i midten** af Poomse'erne Pyongwon, Sipjin, Hansu og Ilyo.

# Diagrammer som viser hver Poomse-line :

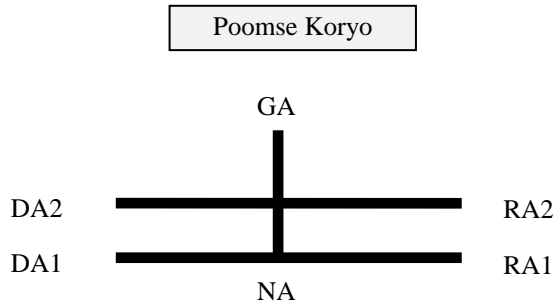


### (A) Omvendt diagram i tekstbogen

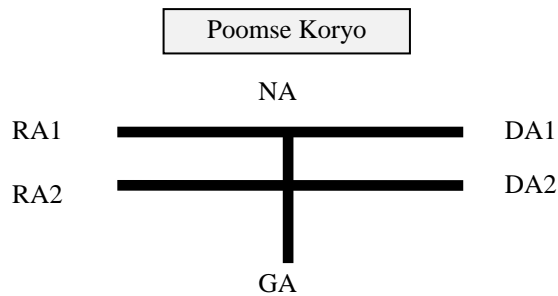
For at hjælpe selve træningen af læseren, er diagrammerne af Poomse-linierne vist i omvendt retning, som følger :

#### For eksempel :

(Poomse Koryo's Poomse-linie set fra instruktøren)



(Poomse Koryo's Poomse-linie set fra eleven) :



#### N.B.

"Tabellerne" med oversigt over handlingerne i Poomse'en er et udmærket udgangspunkt for træningen af de enkelte teknikker, men det kan dog være nødvendigt at se på siderne med udførelsen, idet der hér kan være **supplerende bemærkninger**.

Se f.eks. handling 12 i Poomse Koryo (**Mooreup keokki**) på side 8.

Her er der en kommentar til udførelsen på side 15 !!!