

Übersicht der Formen Taeguk / Poomsae

Gürtelgrad						
Kup	Dan	Nr.	Name	Bedeutung		
10		-	-		Anfänger	Schülerformen - Taeguk
9		1-4	Kibon-Donjak	Himmel und Erde. Der Name steht als Symbol für den Anfang und den Beginn von etwas Neuem		
8		5-8	Kibon-Donjak	Himmel und Erde. Der Name steht als Symbol für den Anfang und den Beginn von etwas Neuem		
7		1	Taeguk Il-Jang	Bedeutet Beginn, die Schöpfung oder Himmel		
6		2	Taeguk I-Jang	Ruhige Gelassenheit, das Heitere, der Frohsinn		
5		3	Taeguk Sam-Jang	Feuer, die Leidenschaft in fruchtbare Bahnen lenken		
4		4	Taeguk Sa-Jang	Der Donner, das Erregende. Diese Form drückt Ruhe und Mut gegenüber der Gefahr aus		
3		5	Taeguk Oh-Jang	Wind - Stürme, Orkane und Tornados, aber auch sanfte Winde. Die Form ist stark rhythmisch und beherrscht	Fortgeschrittene	
2		6	Taeguk Yuk-Jang	Das Wasser, es behält immer seine Beschaffenheit. Das abgründige, stille Wasser ist ebenso gefährlich wie Stromschnellen und Wasserfälle		
1		7	Taeguk Sil-Jang	Der Berg, ein Berg steht unverrückbar fest		
	1	8	Taeguk Pal-Jang	Die Erde. Pal-Jang ist die letzte Stufe des Schülers auf dem Weg zum Dan-Träger. Hier zeigen sich die Früchte der bisherigen Arbeit	Meister	
	2	9	Poomsae Koryo	Koryo ist der Name einer alten Dynastie, die von 918-1392 n.Chr. an der Macht war. Diese Form spiegelt in ihren Bewegungen die geistige Haltung und die nertschlossene Bereitschaft des Koryo-Volkes wieder		
	3	10	Poomsae Geumgang	Koreanisches Gebirge		
	4	11	Poomsae Taebek	Hauptinsel der koreanischen Halbinsel		
	5	12	Poomsae Pyeongwon	große Ausdehnung - Majestätisch		
	6	13	Poomsae Sipjin	10 Symbole der Langlebigkeit: Sonne, Mond, Berg, Wasser, Stein, Kiefer, Kraut des Ewigen Lebens, Schildkröte, Reh + Kranich	Großmeister	Meisterformen - Poomsae
	7	14	Poomsae Jitae	Erde		
	8	15	Poomsae Cheonkwon	Himmel		
	9	16	Poomsae Hansu	Anpassungsfähigkeit des Wassers		
	10	17	Poomsae Ilyo	Einheit im Sinne des spirituellen buddhistischen Zustandes		