

## Dreischritt Kampf - Sambo Taeryon

---

Sambo Taeryon ist eine Anwendung von Grundtechniken in einer Partnerübung. Auf einen Angriff antwortet der Verteidiger mit einer individuellen Kombination von Abwehr- und Kontertechniken.

Dabei sind die **richtige Distanz**, die **korrekte Ausführung der Techniken**, das Timing Entschlossenheit und eine sinnvolle Aufeinanderfolge der Techniken von Bedeutung.

**Bereich:** Mitte – Unten - Oben > momtong - arae - olgul

**Blocks:** Tiefblock > Arae makki, Aussenblock > entw. an palmok pakkat makki oder pakkat palmok pakkat makki

**Stellungen:** Nur lange Vorwärtsstellung > ap gubi

**Techniken:** Fauststoß > momtong jumok jirugi, Kicks: Spannkick > baldung chagi, Handkantenschlag zum Hals > sonnal mok chikki

1. Angrüßen - Chareot – Kyongne
  2. Abstand prüfen
  3. Angreifer rechts zurück orun ap gubi arae makki (links Tiefblock) kihap
  4. Wenn Verteidiger bereit ist kihap
  5. Angreifer rechts nach vorne momtong jumok jirugi
  6. Vert. links nach hinten, blockt mit links pakkat makki (an makki ist auch nicht falsch)
  7. 3 mal dann Vert. kontert mit momtong jumok jirugi
  8. Tausch Vert./ Angreifer das gleiche nochmal
- 
9. Angreifer rechts zurück orun ap gubi arae makki (links Tiefblock) kihap
  10. Angreifer mit rechts baldung chagi
  11. Vert. blockt mit arae makki
  12. Drei mal dann kontert der Vert. mit momtong jumok jirugi
  13. Tausch Vert./ Angreifer das gleiche nochmal
- 
14. Angreifer rechts zurück orun ap gubi arae makki (links Tiefblock) kihap
  15. Angreifer mit rechts olgul jumok jirugi
  16. Vert. blockt mit olgul makki
  17. Drei mal dann kontert der Vert. mit mok chigi
  18. Tausch Vert./ Angreifer das gleiche nochmal
  19. Abgrüßen - Chareot – Kyongne

Es gibt natürlich verschiedene Varianten des Dreischritt Kampfes!