

Dansk Moo Duk Kwan Tang Soo Do Forbund

Text Book C
Blokering / Blocking



Do not distribute without permission from
the Danish Moo Duk Kwan Tang Soo Do Federation
or without permission from
the World Tang Soo Do General Federation-Moo Duk Kwan

Indhold

Mahk Kee = Blokering = Blocking	4
<i>Ha Dan Mahk Kee</i>	<i>5</i>
<i>Wheng Jin Ha Dan Mahk Kee / Chun Gul Jaseh</i>	<i>8</i>
<i>Wheng Jin Ha Dan Mahk Kee / Kee Ma Rip Jaseh</i>	<i>8</i>
<i>Ha Dan Sang Soo Mahk Kee.....</i>	<i>9</i>
<i>Phakeso Ahnuro Choong Dan Mahk Kee</i>	<i>12</i>
<i>Teul oh Phakeso Ahnuro Choong Dan Mahk Kee.....</i>	<i>14</i>
<i>Teul oh Phakeso Ahnuro Sang Dan Mahk Kee</i>	<i>15</i>
<i>Ahneso Pahkuro Pahkuro Choong Dan Mahk Kee</i>	<i>17</i>
<i>Ahneso Pahkuro Choong Dan Mahk Kee</i>	<i>18</i>
<i>Sang Dan Mahk Kee</i>	<i>19</i>
<i>Jang Kwon Gong Gyeok Choong Dan Nulleo Mahk Kee.....</i>	<i>21</i>
<i>Teul oh Jang Kwon Gong Gyeok Choong Dan Nulleo Mahk Kee</i>	<i>21</i>
<i>Jang Kwon Gong Gyeok Choong Dan Mahk Kee</i>	<i>22</i>
<i>Teul oh Jang Kwon Gong Gyeok Choong Dan Mahk Kee</i>	<i>22</i>
<i>Ssang Jang Kwon Gong Gyeok Choong Dan Mahk Kee</i>	<i>23</i>
<i>Teul oh Ssang Jang Kwon Gong Gyeok Choong Dan Mahk Kee</i>	<i>23</i>
<i>Ha Dan Soo Do Mahk Kee</i>	<i>24</i>
<i>Choong Soo Do Mahk Kee</i>	<i>25</i>
<i>Sang Soo Do Mahk Kee</i>	<i>26</i>
<i>Ha Dan Han Soo Do Mahk Kee.....</i>	<i>26</i>
<i>Choong Dan Han Soo Do Mahk Kee.....</i>	<i>27</i>
<i>Ssang Soo Ahneso Pahkuro Pahkuro Choong Dan Mahk Kee.....</i>	<i>28</i>
<i>Ssang Soo Ahneso Pahkuro Choong Dan Mahk Kee</i>	<i>28</i>
<i>Keumgang Choong Dan Baket Mahk Kee.....</i>	<i>29</i>
<i>Soo Do Keumgang Choong Dan Pahkeso Mahk Kee</i>	<i>29</i>
<i>Han Soo Doo Ssangng Dan Bit Mahk Kee.....</i>	<i>30</i>
<i>Gawi Mahk Kee.....</i>	<i>32</i>
<i>Yun Sohk Gawi Mahk Kee.....</i>	<i>33</i>
<i>Ssang Soo Ha Dan Mahk Kee</i>	<i>34</i>
<i>Ssang Soo Choong Dan Mahk Kee</i>	<i>35</i>
<i>Ssang Soo Sang Dan Mahk Kee.....</i>	<i>36</i>
<i>Ssang Soo Ha Dan Soo Do Mahk Kee</i>	<i>37</i>
<i>Ssang Soo Choong Dan Soo Do Mahk Kee</i>	<i>38</i>
<i>Ssang Soo Sang Dan Soo Do Mahk Kee.....</i>	<i>39</i>
<i>Ssang Dan Ha Dan Mahk Kee</i>	<i>40</i>
<i>Ahnuro Choong Dan Yang Son Mahk Kee</i>	<i>40</i>
<i>Sang Dan Yang Son Mahk Kee.....</i>	<i>41</i>
<i>Santeul Mahk Kee.....</i>	<i>41</i>
<i>Oe-santeul Mahk Kee.....</i>	<i>42</i>

Dansk Moo Duk Kwan Tang Soo Do Forbunds Text Book
Blokering / Blocking

Mahk Kee = Blokering = Blocking

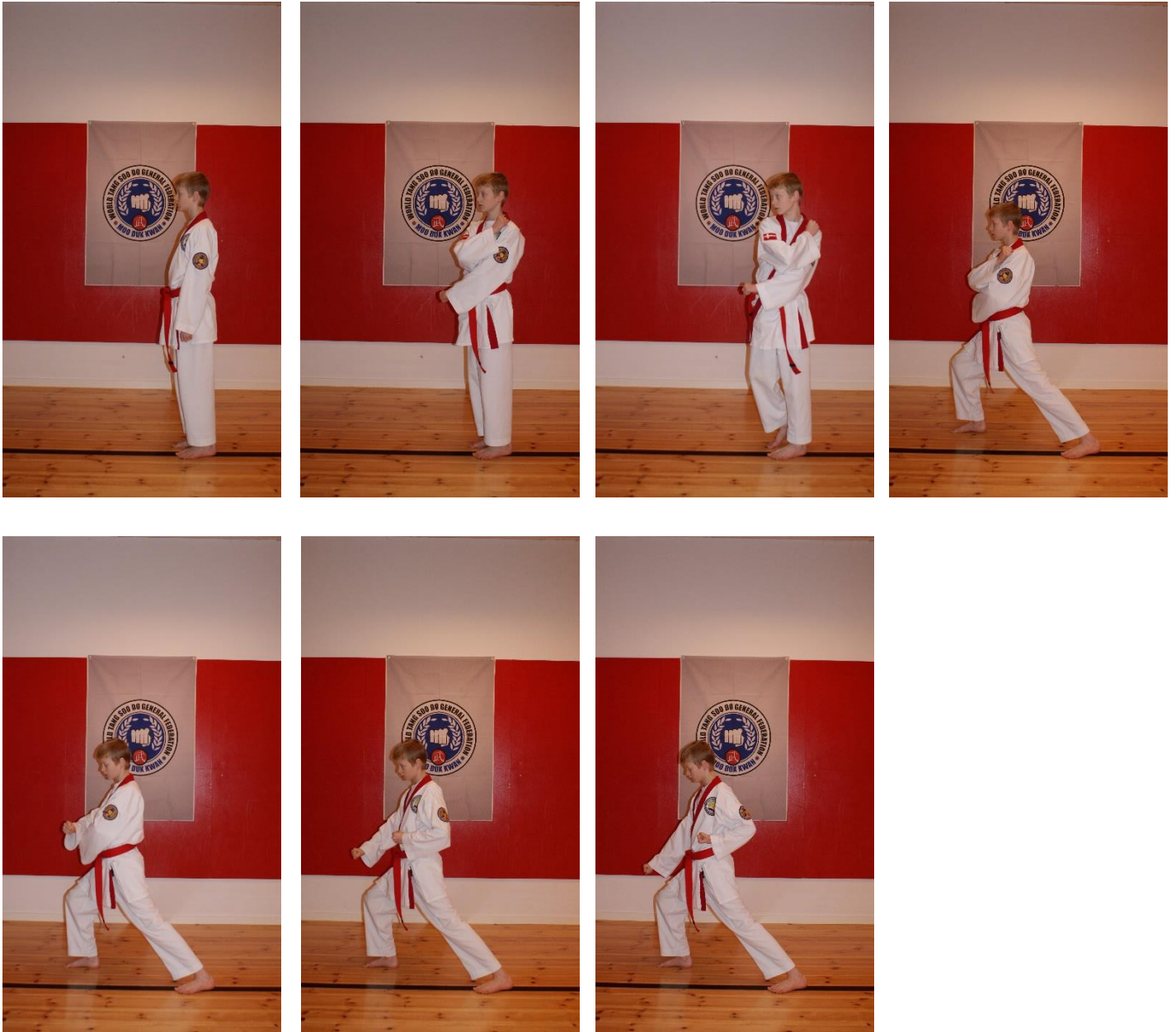
Mahk Kee (Blokering) er et af de vigtigste grundelementer i Tang Soo Do. Det er vigtigt at eleven kan udføre en god korrekt blokering med hurtighed, kraft og skarphed når man forsvare sig selv. Kan eleven ikke udfører sine blokeringer korrekt, har det indflydelse på elevens forsvar. Mange blokeringer kan også bruges som angreb, men for at simplificerer Tang Soo Do og for ikke at gøre Gup bælte eleverne forvirrede, er det for det meste noget man først lærer nar man bliver Dan bælte bærer. I alle blokeringer er hånden altid spændt.

Mahk Kee (Blocking) is one of the most important elements of Tang Soo Do. It is important that the student can perform a good correct blockage with speed, power and sharpness when defending himself. If the student cannot properly perform his / her blockages, it has an influence on the student's defense. Many blockages can also be used as attacks, but in order to simplify Tang Soo Do and not to make Gup belt students confused, it is mostly something you first learn when you become a Dan belt carrier. In all blocks, is the hand always tense.

Ha Dan Mahk Kee

Ha Dan Mahk Kee = Lav sektion blokering (set fra siden)

Ha Dan Mahk Kee = Low section blocking (Side view)



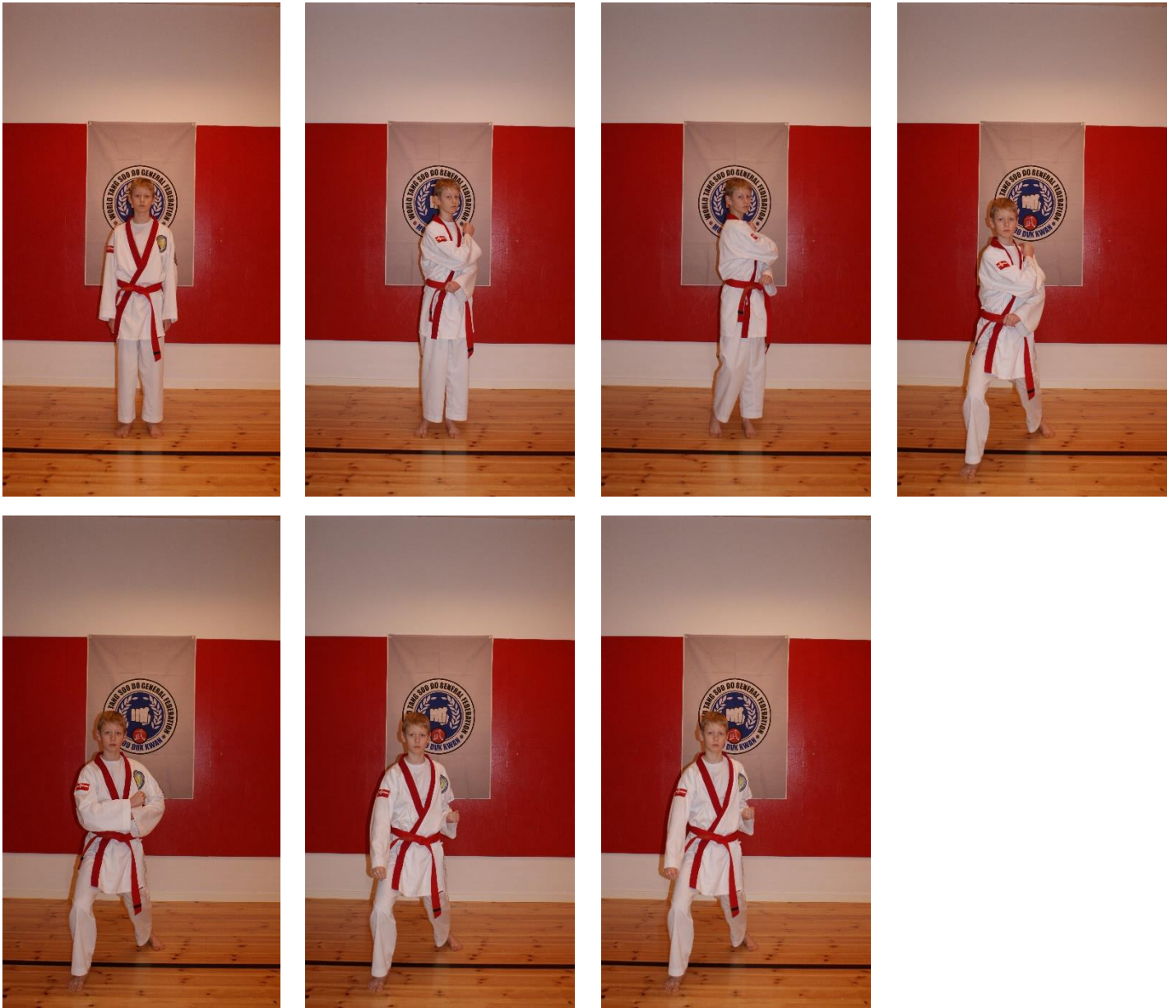
Når man udfører Ha Dan Mahk Kee for eksempel med højre hånd, som på billedet, starter blokeringen fra venstre skuldre og venstre arm trækker kontra, bevægelserne i højre og venstre arm er færdige samtidig.

Når man udfører Ha Dan Mahk Kee for eksempel med højre hånd, som på billedet, starter blokeringen fra venstre skuldre og venstre arm trækker kontra, bevægelserne i højre og venstre arm er færdige samtidig

(Ha Dan Mahk Kee fortsætter på næste side)
(Ha Dan Mahk Kee continues on the next page)

Ha Dan Mahk Kee = Lav sektion blokering (set forfra)

Ha Dan Mahk Kee Low section blocking (Front view)



(Ha Dan Mahk Kee fortsætter på næste side)

(Ha Dan Mahk Kee continues on the next page)

Ha Dan Mahk Kee (anvendelse muligheder)

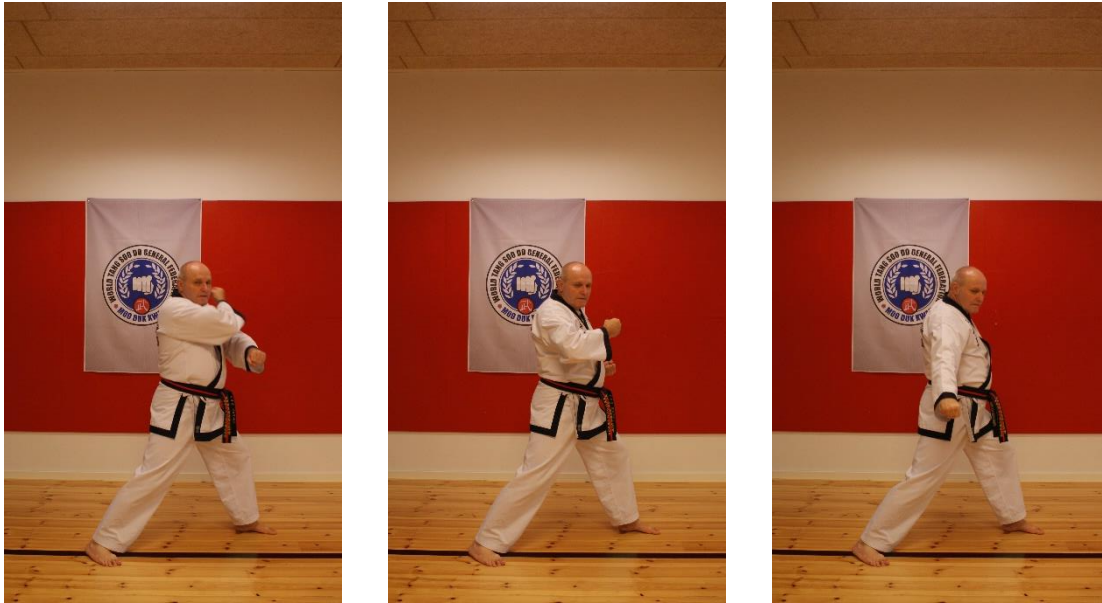
Ha Dan Mahk Kee (application options)



Wheng Jin Ha Dan Mahk Kee / Chun Gul Jaseh

Wheng Jin Ha Dan Mahk Kee / Chun Gul Jaseh = Lav sektion blokering til siden (set fra siden)

Wheng Jin Ha Dan Mahk Kee / Chun Gul Jaseh = Low section blocking til siden (Side view)



Wheng Jin Ha Dan Mahk Kee / Kee Ma Rip Jaseh

Wheng Jin Ha Dan Mahk Kee / Kee Ma Rip Jaseh = Lav sektion blokering til siden (set fra siden)

Wheng Jin Ha Dan Mahk Kee / Kee Ma Rip Jaseh = Low section blocking til siden (Side view)



Ha Dan Sang Soo Mahk Kee

Ha Dan Sang Soo Mahk Kee = Lav sektion adskille blokering (set fra siden)

Ha Dan Sang Soo Mahk Kee = Low section separate block (side view)



(Ha Dan Sang Soo Mahk Kee fortsætter på næste side)

(Ha Dan Sang Soo Mahk Kee continues on the next page)

Ha Dan Sang Soo Mahk Kee = Lav sektion adskille blokering (set forfra)

Ha Dan Sang Soo Mahk Kee = Low section separate block (front view)



(Ha Dan Sang Soo Mahk Kee fortsætter på næste side)

(Ha Dan Sang Soo Mahk Kee continues on the next page)

Ha Dan Sang Soo Mahk Kee (anvendelse muligheder)

Ha Dan Sang Soo Mahk Kee (application options)



Phakeso Ahnuro Choong Dan Mahk Kee

Phakeso Ahnuro Choong Dan Mahk Kee = Midter sektion blokering udefra og ind (set fra siden)

Phakeso Ahnuro Choong Dan Mahk Kee = midsection block from outside and inside (side view)



(Phakeso Ahnuro Choong Dan Mahk Kee fortsætter på næste side)

(Phakeso Ahnuro Choong Dan Mahk Kee continues on the next page)

Phakeso Ahnuro Choong Dan Mahk Kee (Set forfra)

Phakeso Ahnuro Choong Dan Mahk Kee (Front view)



Blokeringen går i en cirkel linje fra øret og blokeringen stopper i ansigtscenterlinje ud for næsen lige under hagen.

The blockage goes in a circle line from the ear and the blockage stops face center line off the nose straight under the chin.

Phakeso Ahnuro Choong Dan Mahk Kee
(anvendelse muligheder)

Phakeso Ahnuro Choong Dan Mahk Kee
(application options)



Teul oh Phakeso Ahnuro Choong Dan Mahk Kee

Teul oh Phakeso Ahnuro Choong Dan Mahk Kee = Midter sektion blokering udefra og ind, modsat arm/ben (set fra siden)

Teul oh Phakeso Ahnuro Choong Dan Mahk Kee = Center section block from outside and inside, opposite arm / leg (side view)



Teul oh Phakeso Ahnuro Choong Dan Mahk Kee
(anvendelse muligheder)

Teul oh Phakeso Ahnuro Choong Dan Mahk Kee
(application options)

Teul oh Phakeso Ahnuro Sang Dan Mahk Kee

Teul oh Phakeso Ahnuro Sang Dan Mahk Kee = Høj sektion blokering udefra og ind, modsat arm/ben (Set forfra)

Teul oh Phakeso Ahnuro Sang Dan Mahk Kee = High section from outside to inside, opposite arm / leg (front view)



(Teul oh Phakeso Ahnuro Sang Dan Mahk Kee fortsætter på næste side)

(Teul oh Phakeso Ahnuro Sang Dan Mahk Kee continues on the next page)

Teul oh Phakeso Ahnuro Sang Dan Mahk Kee = Høj sektion blokering udefra og ind, modsat arm/ben (set fra siden)

Teul oh Phakeso Ahnuro Sang Dan Mahk Kee = High section from outside to inside, opposite arm / leg (side view)



Teul oh Phakeso Ahnuro Sang Dan Mahk Kee (anvendelse muligheder)

Teul oh Phakeso Ahnuro Sang Dan Mahk Kee (application options)



Ahneso Pahkuro Pahkuro Choong Dan Mahk Kee

Ahneso Pahkuro Pahkuro Choong Dan Mahk Kee = Udadgående blokering i midter sektion hvor der blokeres med ydersiden af underarm (set forfra)

Ahneso Pahkuro Pahkuro Choong Dan Mahk Kee = Outgoing block in the center section where blocked with the forearm of the forearm (side view)

Ahneso Pahkuro Choong Dan Mahk Kee

Ahneso Pahkuro Choong Dan Mahk Kee = Midte sektion udadgående blokering med inderside af underarm (set forfra)

Ahneso Pahkuro Choong Dan Mahk Kee = Middle section block inside to outside with the inside of the forearm (Front view)



Ahneso Pahkuro Pahkuro Choong Dan Mahk Kee
(anvendelse muligheder)

Ahneso Pahkuro Pahkuro Choong Dan Mahk Kee
(application options)



Sang Dan Mahk Kee

Sang Dan Mahk Kee = Høj sektion blokering (set fra siden)

Sang Dan Mahk Kee = High section blocking (side view)



Sang Dan Mahk Kee (anvendelse muligheder)

Sang Dan Mahk Kee (application options)



(Sang Dan Mahk Kee fortsætter på næste side)

(Sang Dan Mahk Kee Mahk Kee continues on the next page)

Sang Dan Mahk Kee = Høj sektion blokering (set forfra)

Sang Dan Mahk Kee = High section blocking (front view)



Sang Dan Mahk Kee (anvendelse muligheder)

Sang Dan Mahk Kee (application options)



Jang Kwon Gong Gyeok Choong Dan Nulleo Mahk Kee

Jang Kwon Gong Gyeok Choong Dan Nulleo Mahk Kee = Nedadgående blokering med håndrod

Jang Kwon Gong Gyeok Choong Dan Nulleo Mahk Kee = Downward block with hand root



Teul oh Jang Kwon Gong Gyeok Choong Dan Nulleo Mahk Kee

Teul oh Jang Kwon Gong Gyeok Choong Dan Nulleo Mahk Kee = Nedadgående blokering med håndrod over bagerste ben

Teul oh Jang Kwon Gong Gyeok Choong Dan Nulleo Mahk Kee = Downward block with hand root over the hind legs



Jang Kwon Gong Gyeok Choong Dan Mahk Kee

Jang Kwon Gong Gyeok Choong Dan Mahk Kee = Håndrods blokering i midte sektion

Jang Kwon Gong Gyeok Choong Dan Mahk Kee = Palm blocking in the middle section



Teul oh Jang Kwon Gong Gyeok Choong Dan Mahk Kee

Teul Oh Jang Kwon Gong Gyeok Choong Dan Mahk Kee = Håndrods blokering i midte sektion modsat arm/ben.

Teul Oh Jang Kwon Gong Gyeok Choong Dan Mahk Kee = Palm blocking in the middle section opposite arm / leg



Ssang Jang Kwon Gong Gyeok Choong Dan Mahk Kee

Ssang Jang Kwon Gong Gyeok Choong Dan Mahk Kee = Håndrods blokering i midte sektion med støtte.

Ssang Jang Kwon Gong Gyeok Choong Dan Mahk Kee = Palm blocking in the middle section with support.



Teul oh Ssang Jang Kwon Gong Gyeok Choong Dan Mahk Kee

Teul oh Ssang Jang Kwon Gong Gyeok Choong Dan Mahk Kee = Håndrods blokering i midte sektion med støtte modsat arm/ben.

Teul oh Ssang Jang Kwon Gong Gyeok Choong Dan Mahk Kee = Palm blocking in the middle section with support opposite arm / leg



Ha Dan Soo Do Mahk Kee

Ha Dan Soo Do Kee = Knivhånds blokering i lav sektion (Set forfra)

Ha Dan Soo Do Kee = Knife Hand Block in low section (Front view)



Ha Dan Soo Do Kee = Knivhånds blokering i lav sektion (set fra siden)

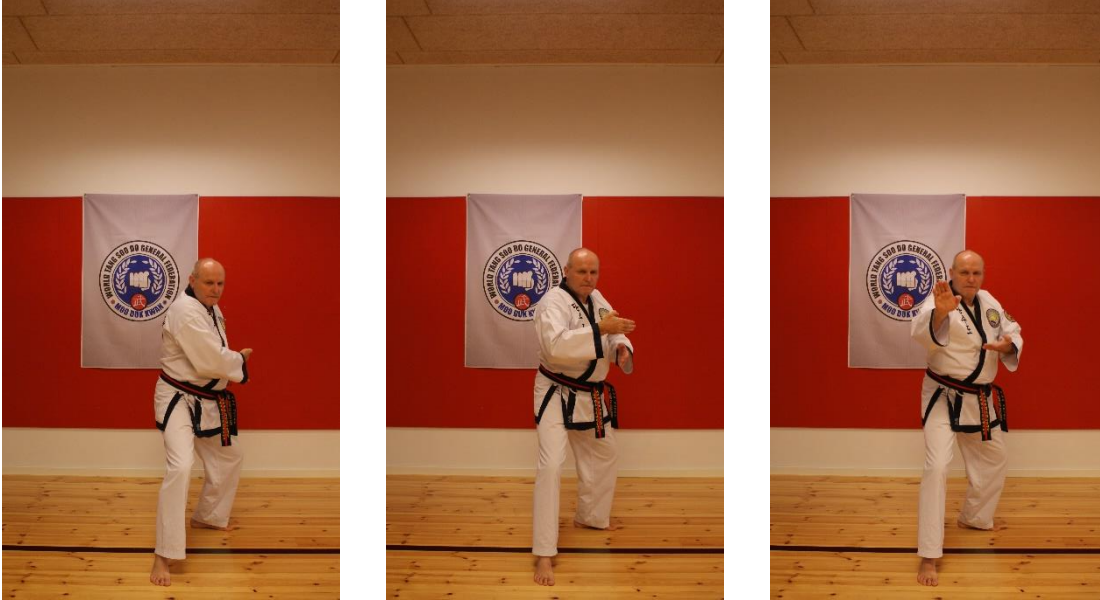
Ha Dan Soo Do Kee = Knife Hand Block in low section (side view)



Choong Soo Do Mahk Kee

Choong Dan Soo Do Kee = Knivhånds blokering i midte sektion (Set forfra)

Choong Dan Soo Do Kee = Knife Hand Block in middle section (Front view)



Choong Dan Soo Do Kee = Knivhånds blokering i midte sektion (Set fra siden)

Choong Dan Soo Do Kee = Knife Hand Block in middle section (Side view)



Sang Soo Do Mahk Kee

Sang Dan Soo Do Mahk Kee = Knivhånds blokering i høj sektion (Set forfra)

Sang Dan Soo Do Mahk Kee = Knife Hand Block in high section (Front view)



Ha Dan Han Soo Do Mahk Kee

Ha Dan Han Soo Do Mahk Kee

Ha Dan Han Soo Do Mahk Kee



Choong Dan Han Soo Do Mahk Kee

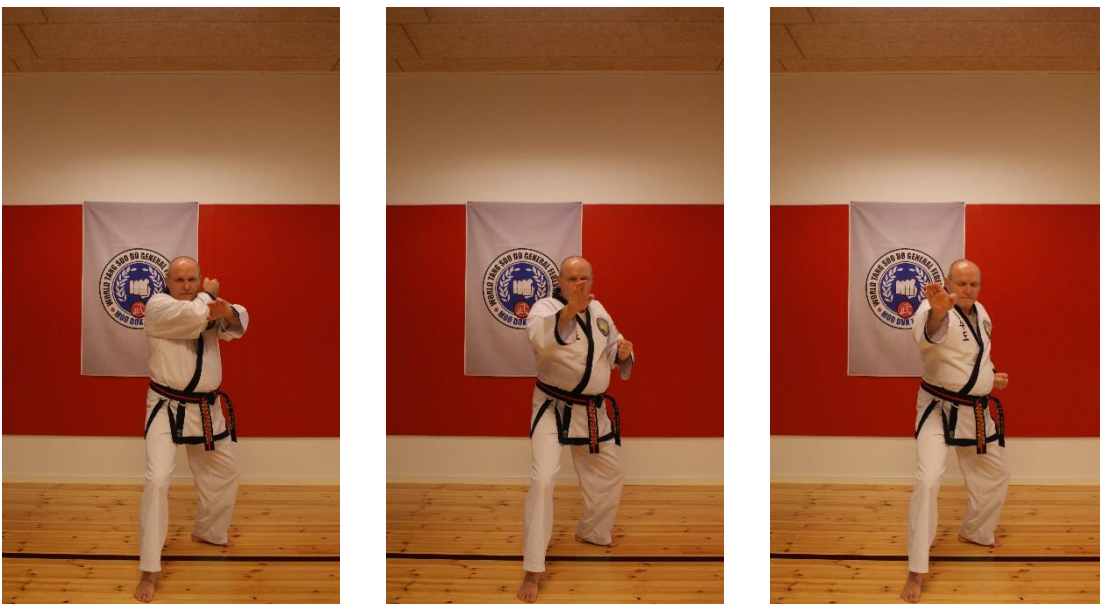
Choong Dan Han Soo Do Mahk Kee = Enkelt knivhånds blokering (Set fra siden)

Choong Dan Han Soo Do Mahk Kee = Single Knife Hand Block (Side view)



Choong Dan Han Soo Do Mahk Kee = Enkelt knivhånds blokering (Set forfra)

Choong Dan Han Soo Do Mahk Kee = Single Knife Hand Block (Front view)



Ssang Soo Ahneso Pahkuro Pahkuro Choong Dan Mahk Kee

Ssang Soo Ahneso Pahkuro Pahkuro Choong Dan Mahk Kee = Udadgående blokering med ydersiden af underarmen i midte sektion med støtte (Set forfra)

Ssang Soo Ahneso Pahkuro Pahkuro Choong Dan Mahk Kee = Outward blocking with the outside of the forearm in the middle section with support (Front view)



Ssang Soo Ahneso Pahkuro Choong Dan Mahk Kee

Ssang Soo Ahneso Pahkuro Choong Dan Mahk Kee = Udadgående blokering med indersiden af underarmen i midte sektion med støtte (Set forfra)

Ssang Soo Ahneso Pahkuro Choong Dan Mahk Kee = Outward blockage with inner forearm in middle section with support (Front view)



Keumgang Choong Dan Baket Mahk Kee

Keumgang Choong Dan Baket Mahk Kee = Diamant blokering i midtesektion med oversiden af underarm

Keumgang Choong Dan Baket Mahk Kee = Diamond block in middle section with upper arm forearm



Soo Do Keumgang Choong Dan Pahkeso Mahk Kee

Soo Do Keumgang Choong Dan Pahkeso Mahk Kee = Knivhånd Diamant blokering i midte sektion

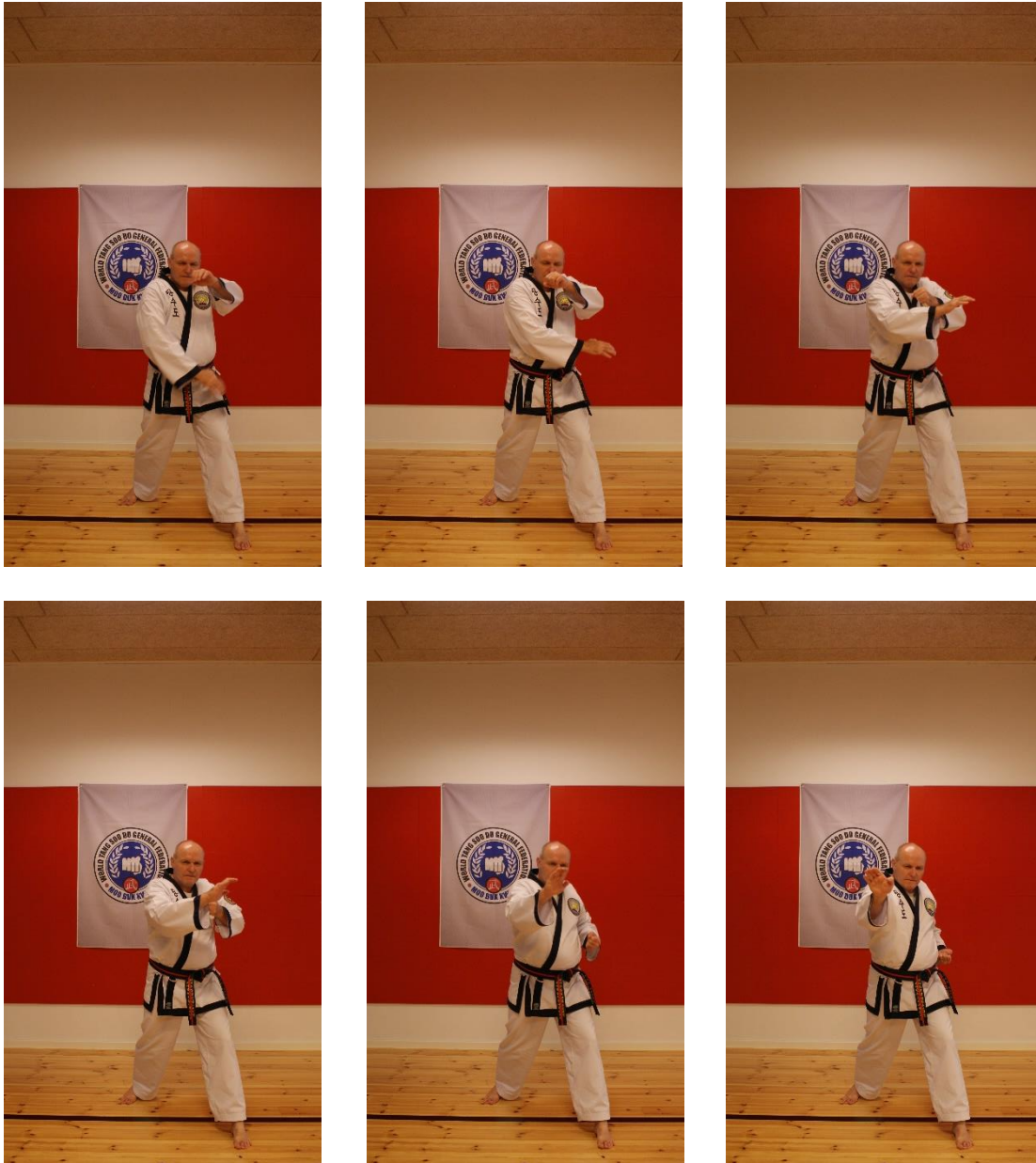
Soo Do Keumgang Choong Dan Pahkeso Mahk Kee = Knife hand Diamond blocking in the middle section



Han Soo Doo Ssangnng Dan Bit Mahk Kee

Han Soo Doo Ssangnng Dan Bit Mahk Kee = Vride blokering med enkelt knivhånd (Set forfra)

Han Soo Doo Ssangnng Dan Bit Mahk Kee = Twist block with single knife hand (Front view)



(Han Soo Doo Ssangnng Dan Bit Mahk Kee fortsætter på næste side)

(Han Soo Doo Ssangnng Dan Bit Mahk Kee continues on the next page)

Han Soo Doo Ssanng Dan Bit Mahk Kee = Vride blokering med enkelt knivhånd (Set fra siden)

Han Soo Doo Ssanng Dan Bit Mahk Kee = Twist block with single knife hand (Side view)



Gawi Mahk Kee

Gawi Mahk Kee = Sakse blokering (Set forfra)

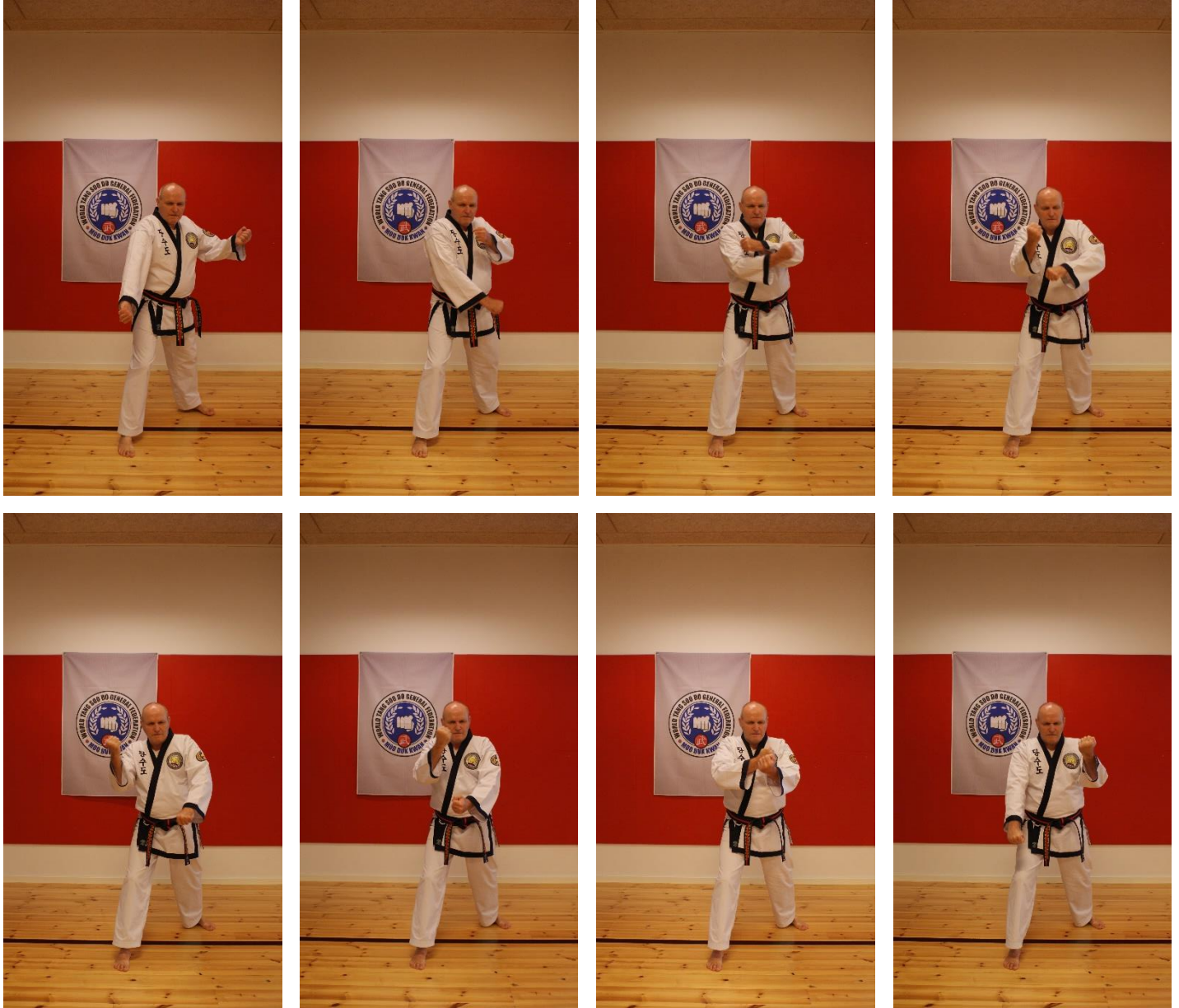
Gawi Mahk Kee = Scissors blocking (Front view)



Yun Sohk Gawi Mahk Kee

Yun Sohk Gawi Mahk Kee = Dobbelt Sakse blokering (Set forfra)

Yun Sohk Gawi Mahk Kee = Double Scissors blocking (Front view)



Ssang Soo Ha Dan Mahk Kee

Ssang Soo Ha Dan Mahk Kee = Krydshånds blokering i lav sektion

Ssang Soo Ha Dan Mahk Kee = Cross-hand blocking in low section



Ssang Soo Ha Dan Mahk Kee er hovedsagligt anvendt til at fange et spark eller en arm. Såfrem Ssang Soo Ha Dan Mahk Kee anvendes til at fange et front spark er det vigtigt at bøje overkroppen lidt fremad, undlader man dette, vil det resultere i at man får sparket i skridtet, selvom man udfører Ssang Soo Ha Dan Mahk Kee.

Ssang Soo Ha Dan Mahk Kee is mainly used to catch a kick or an arm. If Ssang Soo Ha Dan Mahk Kee is used to catch a front kick, it is important to bend the upper body slightly forward, failing this will result in you getting the kick in the crotch, even if you perform Ssang Soo Ha Dan Mahk Kee.

Ssang Soo Choong Dan Mahk Kee

Ssang Soo Choong Dan Mahk Kee = Krydshånds blokering i midter sektion

Ssang Soo Choong Dan Mahk Kee = Cross-hand blocking in middle section



Ssang Soo Sang Dan Mahk Kee

Ssang Soo Sang Dan Mahk Kee = Krydshånds blokering i høj sektion

Ssang Soo Sang Dan Mahk Kee = Cross-hand blocking in high section



Ssang Soo Ha Dan Soo Do Mahk Kee

Ssang Soo Ha Dan Soo Do Mahk Kee = Krydshånds blokering med knivhånd i lav sektion

Ssang Soo Ha Dan Soo Do Mahk Kee = Cross-knife hand blocking in low section



Ssang Soo Ha Dan Soo Do Mahk Kee er hovedsagligt anvendt til at fange et spark eller en arm. Såfremt Ssang Soo Ha Dan Soo Do Mahk Kee anvendes til at fange et front spark er det vigtigt at bøje overkroppen lidt fremad, ellers vil det resultere i at man får sparket i skridtet, selvom man udfører Ssang Soo Ha Dan Soo Do Mahk Kee.

Ssang Soo Ha Dan Soo Do Mahk Kee is mainly used to catch a kick or an arm. If Ssang Soo Ha Dan Soo Do Mahk Kee is used to catch a front kick it is important to bend the upper body slightly forward, if this fails, it will result in being kicked, even if you perform Ssang Soo Ha Dan Soo Do Mahk Kee.

Ssang Soo Choong Dan Soo Do Mahk Kee

Ssang Soo Choong Dan Soo Do Mahk Kee = Krydshånds blokering med knivhånd i midter sektion

Ssang Soo Choong Dan Soo Do Mahk Kee = Cross-knife hand blocking in middle section



Ssang Soo Sang Dan Soo Do Mahk Kee

Ssang Soo Sang Dan Soo Do Mahk Kee = Krydshånds blokering med knivhånd i høj sektion

Ssang Soo Sang Dan Soo Do Mahk Kee = Cross-knife hand blocking in high section



Ssang Dan Ha Dan Mahk Kee

Ssang Dan Ha Dan Mahk Kee = Blokering i lav sektion med støtte

Ssang Dan Ha Dan Mahk Kee = Blocking in the low section with support

Ahnuro Choong Dan Yang Son Mahk Kee

Ahnuro Choong Dan Yang Son Mahk Kee = Adskille blokering med indersiden af underarm

Ahnuro Choong Dan Yang Son Mahk Kee = Separate blockage with the inside of the forearm

Sang Dan Yang Son Mahk Kee

Sang Dan Yang Son Mahk Kee = "Adskille" bjerg blokering

Sang Dan Yang Son Mahk Kee = "Separate" mountain block



Santeul Mahk Kee

Santeul Mahk Kee = Bjerg blokering

Santeul Mahk Kee = Mountain block



Oe-santeul Mahk Kee

Oe-santeul Mahk Kee = En hånds bjerg blokering

Oe-santeul Mahk Kee = One hand's mountain block

