

조스 봉술 8 형. Cho's Bongsul 8 Hyung



준비

오른쪽에 오른손으로 봉을 잡고 F 방향으로 모아서기.

Ready Position
Start in the *Feet Together Stance* facing the F direction. The right hand holds the stick up right on the right hand side of the body.



1

- I) 오른발 R 방향으로 나가 F 방향으로 주춤서기.
- II) R 방향으로 오른봉 몸통옆찌르기.

- I) Move the right foot one step in the R direction, resulting in a horse back stance in the F direction.
- II) Right stick side thrust to the body in the R direction.



2

- I) 두발 제자리에서 시계반대 방향으로 뒤로 돌아 L 방향으로 왼앞굽이.
- II) 시계반대 방향으로 오른봉 L 방향으로 다리옆치기.

- I) Turn both feet anti clockwise in the L direction, resulting in a left long forward stance.
- II) Anti clockwise right stick side strike to the leg in the L direction.



3

- I) 오른발 B 방향으로 뒤차기.
- II) 시계방향으로 왼봉 F 방향으로 얼굴옆치기.
(위의 I) 번과 II) 번의 동작을 동시에 실시한다)

- I) Right foot back kick in the B direction.
- II) Clockwise left stick side strike to the face in the F direction.
(Perform action I) and II) at the same time)



4

- I) 뒤차기한 오른발 B 방향에 내려 딛어 오른앞굽이.
- II) 시계방향으로 왼봉 B 방향으로 다리옆치기.

- I) After the right foot back kick, move one step in the B direction, resulting in a right long forward stance.
- II) Clockwise left stick side strike to the leg in the B direction.



5

- I) 오른발 L 방향으로 옆차기.
- II) 시계반대방향으로 오른봉 R 방향으로 얼굴옆치기.
(위의 I) 번과 II) 번의 동작을 동시에 실시한다)

- I) Right foot side kick in the L direction.
- II) Anti clockwise right stick side strike to the face in the R direction.
(Perform action I) and II) at the same time)



6

- I) 옆차기한 오른발 L 방향에 내려 딛어 오른앞굽이.
- II) 시계방향으로 왼봉 L 방향으로 다리옆치기.

- I) After the right foot side kick, move one step in the L direction, resulting in a right long forward stance.
- II) Clockwise left stick side strike to leg in the L direction.



7

- I) 왼발 L 방향으로 몸돌려뒤차기.
- II) 시계반대방향으로 오른봉 R 방향으로 얼굴옆치기.
(위의 I) 번과 II) 번의 동작을 동시에 실시한다)

- I) Left foot spinning back kick in the L direction.
- II) Anti clockwise right stick side strike to the face in the R direction.
(Perform action I) and II) at the same time)



8

- I) 몸돌려 뒤차기한 왼발 L 방향에 내려 딛어 왼앞굽이.
- II) 시계반대방향으로 오른봉 L 방향으로 다리옆치기.

- I) After the left foot spinning back kick, move one step in the L direction, resulting in a left long forward stance.
- II) Anti clockwise right stick side strike to leg in the L direction.



9

- I) 시계방향으로 두발 제자리에서 R 방향으로 뒤로 돌아 오른앞굽이.
- II) 시계방향으로 왼봉 R 방향으로 다리옆치기.

- I) Turn both feet clockwise in the R direction, resulting in a right long forward stance.
- II) Clockwise left stick side strike to the leg in the R direction.



10

- I) 왼발 R 방향으로 몸돌려뒤차기.
- II) 시계반대방향으로 오른봉 L 방향으로 얼굴옆치기.
(위의 I) 번과 II) 번의 동작을 동시에 실시한다)

- I) Left foot spinning back kick in the R direction.
- II) Anti clockwise right stick side strike to the face in the L direction.
(Perform action I) and II) at the same time)



11

- I) 몸돌려 뒤차기한 왼발 R 방향에 내려 딛어 B 방향으로 주춤서기.
- II) 왼봉 R 방향으로 몸통옆찌르기.

- I) After the left foot spinning back kick, move one step in the R direction, resulting in a horse back stance in the B direction.
- II) Left stick side thrust to the body in the R direction.



12

- I) R 방향으로 오른발 돌려차기.
- II) 준비봉.

- I) Right foot round house kick in the R direction.
- II) Ready stick.



13

- I) 돌려차기한 오른발 R 방향에 내려 던져 오른앞서기하는 동시에 계속하여 왼발 R 방향으로 몸돌려뒤차기.
- II) 준비봉

- I) Move kicking leg one step in the R direction and then left foot spinning back kick in the R direction.
- II) Ready stick.



14

- I) 몸돌려뒤차기한 왼발 R 방향에 내려 던져 왼앞서기하는 동시에 계속하여 오른발 시계방향으로 뒤로 돌며 R 방향으로 한걸음 나가 L 방향으로 왼앞굽이.
- II) L 방향으로 얼굴막기.

- I) Move kicking leg one step in the R direction and then clockwise right foot one step in the R direction, resulting in a left long forward stance to the L direction.
- II) Face block to the L direction.



15

- I) 오른발 L 방향으로 앞차기.
- II) 준비봉.

- I) Right foot front kick in the L direction.
- II) Ready stick.



16

- I) 앞차기한 오른발 L 방향에 내려 던져 오른 앞서기하는 동시에 계속하여 오른발뛰어앞차기.
- II) 준비봉.

- I) Move kicking leg one step in the L direction and then right foot jumping front kick to the L direction.
- II) Ready stick.



17

- I) 뛰어앞차기한 오른발 L 방향에 내려 던져 오른 앞서기하는 동시에 계속하여 왼발몸돌려뒤차기.
- II) 시계반대방향으로 오른봉 R 방향으로 얼굴옆치기.
(위의 I) 번과 II) 번의 동작을 동시에 실시한다)

- I) Move kicking leg one step in the L direction and then left foot spinning back kick in the L direction.
- II) Anti clockwise right stick side strike to the face in the R direction.
(Perform action I) and II) at the same time)



18

- I) 몸돌려뒤차기한 왼발 L 방향에 내려 던져 왼앞굽이.
- II) 시계반대방향으로 오른봉 L 방향으로 얼굴옆치기.



19

- I) 시계방향으로 오른발 B 방향으로 뒤차기.
- II) 시계방향으로 왼봉 F 방향으로 얼굴옆치기.
(위의 I) 번과 II) 번의 동작을 동시에 실시한다)



20

- I) 뒤차기한 오른발 B 방향에 내려 던지는 순간 계속하여 왼발 B 방향으로 뒤차기.
- II) 시계반대방향으로 오른봉 F 방향으로 얼굴옆치기.
(위의 I) 번과 II) 번의 동작을 동시에 실시한다)

- I) Move kicking leg one step in the L direction, resulting in a left long forward stance.
- II) Anti clockwise right stick side strike to the face in the L direction.

- I) Clockwise right foot back kicks in the B direction.
- II) Clockwise left stick side strike to the face in the F direction.
(Perform action I) and II) at the same time)

- I) After the right foot back kick and left foot back kick in the B direction.
- II) Anti clockwise right stick side strike to the face in the F direction. (Perform action I) and II) at the same time)



21

- I) 뒤차기한 왼발 B 방향에 내려 던져 왼앞서기 하는하는 동시에 계속하여 오른발앞으로돌기하며 B 방향으로 나가 왼앞굽이.
- II) 시계반대방향으로 왼엇걸어봉 B 방향으로 얼굴옆치기.



22

- I) 시계방향으로 왼발 뒤로 F 방향으로 한걸음 나가며 계속하여 오른발 F 방향으로 몸돌려뒤차기.
- II) 준비봉



23

- I) 몸돌려 뒤차기한 오른발 F 방향에 내려 던져 오른 앞서기하는 동시에 계속하여 오른발 F 방향으로 뛰어몸돌려뒤차기.
- II) 준비봉.

- I) Move kicking leg one step in the B direction and right foot into a forward turn, resulting in a left long forward stance.
- II) Anti clockwise left crossed hands stick side strike to the face in the B direction.

- I) Clockwise left foot one step backward to the F direction and right foot spinning back kick in the F direction.
- II) Ready stick.

- I) Move kicking leg one step in the F direction and right foot jumping spinning back kick in the F direction.
- II) Ready stick.



24

- I) 뛰어몸돌려치기한 오른발 F 방향에 내려서면서 계속하여 시계 방향으로 왼발앞으로돌기 하며 F 방향으로 나가 오른앞굽이.
- II) 시계방향으로 두손봉 F 방향으로 720° 다리돌려치기.



25

- I) 시계반대방향으로 오른발 뒤로 몸돌리기하며 B 방향으로 나가 왼앞굽이.
- II) 시계반대방향으로 두손봉 B 방향으로 900° 얼굴돌려치기.



26

- I) 시계방향으로 왼발오른쪽으로돌기하며 L 방향으로 나가 오른앞굽이.
- II) 시계방향으로 두손봉 L 방향으로 810° 다리돌려치기.

- I) Move kicking leg one step in the F direction and left foot forward turn, resulting in a right long forward stance.
- II) Clockwise double handed stick 720° spinning strike to the leg in the F direction.

- I) Anti clockwise right foot backward facing turn in the B direction, resulting in a left long forward stance.
- II) Anti clockwise double handed stick 900° spinning strike to the face in the B direction.

- I) Clockwise left foot right turn in the L direction, resulting in a right long forward stance.
- II) Clockwise double handed stick 810° spinning strike to the leg in the L direction.



27

- I) 시계방향으로 왼발앞으로돌기 하며 L 방향으로 나가 오른앞굽이.
- II) 시계방향으로 두손봉 L 방향으로 720° 얼굴돌려치기.



28

- I) 시계반대방향으로 오른발뒤로 몸돌리기하며 R 방향으로 나가 왼앞굽이.
- II) 시계반대방향으로 두손봉 R 방향으로 900° 다리돌려치기.



29

- I) R 방향으로 왼발뛰어앞차기.
- II) 준비봉.

- I) Clockwise left foot forward turn in the L direction, resulting in a right long forward stance.
- II) Clockwise double handed stick 720° spinning strike to the face in the L direction.

- I) Anti clockwise right foot backward facing turn in the R direction, resulting in a left long forward stance.
- II) Anti clockwise double handed stick 900° spinning strike to the leg in the R direction.

- I) Left foot jumping front kick in the R direction.
- II) Ready stick.



30

- I) 뛰어앞차기한 왼발 R 방향에 내내려 던어 왼앞굽이.
 - II) R 방향으로 양쪽봉 얼굴밀어치기.
- I) Move kicking leg one step in the R direction, resulting in a left long forward stance.
 - II) Pushing strike to the face in the R direction.



31

- I) 왼발 뒤로 L 방향으로 한걸음 나가 F 방향으로 주춤서기.
 - II) L 방향으로 왼봉몸통옆찌르기.
- I) Move the left foot one step back in the L direction, resulting in a horse back stance in the F direction.
 - II) Left stick side thrust to the body in the L direction.



32

- I) 두발 제자리에서 시계방향으로 뒤로 돌아 R 방향으로 오른앞굽이.
 - II) 시계방향으로 왼봉 R 방향으로 다리옆치기.
- I) Turn both feet clockwise in the R direction, resulting in a right long forward stance.
 - II) Clockwise left stick side strike to the leg in the R direction.



33

- I) 왼발 B 방향으로 뒤차기.
 - II) 시계반대방향으로 오른봉 F 방향으로 얼굴옆치기.
(위의 I) 번과 II) 번의 동작을 동시에 실시한다)
- I) Left foot back kick in the B direction.
 - II) Anti clockwise right stick side strike to the face in the F direction.
(Perform action I) and II) at the same time)



34

- I) 뒤차기한 왼발 B 방향에 내려 던어 왼앞굽이.
 - II) 시계반대방향으로 오른봉 B 방향으로 다리옆치기.
- I) Move kicking leg one step in the B direction, resulting in a left long forward stance.
 - II) Anti clockwise right stick side strike to the leg in the B direction.



35

- I) 왼발 R 향으로 옆차기.
 - II) 시계방향으로 왼봉 L 향으로 얼굴 옆치기.
(위의 I) 번과 II) 번의 동작을 동시에 실시한다)
- I) Left foot side kick in the R direction.
 - II) Clockwise left stick side strike to the face in the L direction.
(Perform action I) and II) at the same time)



36

- I) 옆차기한 왼발 R방향에 내려들어 왼앞굽이.
- II) 시계반대방향으로 오른봉 R 방향으로 다리옆치기.

- I) Move kicking leg one step in the R direction, resulting in a left long forward stance.
- II) Anti clockwise right stick side strike to leg in the R direction.



37

- I) 오른발 R 방향으로 몸돌려뒤차기.
- II) 시계방향으로 왼봉 L 방향으로 얼굴옆치기.
(위의 I) 번과 II) 번의 동작을 동시에 실시한다)

- I) Right foot spinning back kick in the R direction.
- II) Clockwise left stick side strike to the face in the L direction.
(Perform action I) and II) at the same time)



38

- I) 몸돌려뒤차기한 오른발 R 방향에 내려들어 오른앞굽이.
- II) 시계방향으로 왼봉 R 방향으로 다리옆치기.

- I) Move kicking leg one step in the R direction, resulting in a right long forward stance.
- II) Clockwise left stick side strike to leg in the R direction.



39

- I) 시계반대방향으로 두발 제자리에서 L 방향으로 뒤로 돌아 왼앞굽이.
- II) 시계반대방향으로 오른봉 L 방향으로 다리옆치기.

- I) Turn both feet anti clockwise in the L direction, resulting in a left long forward stance.
- II) Anti clockwise right stick side strike to the leg in the L direction.



40

- I) 오른발 L 방향으로 몸돌려뒤차기.
- II) 시계방향으로 왼봉 R 방향으로 얼굴옆치기.
(위의 I) 번과 II) 번의 동작을 동시에 실시한다)

- I) Right foot spinning back kick in the L direction.
- II) Clockwise left stick side strike to the face in the R direction.
(Perform action I) and II) at the same time)



41

- I) 몸돌려뒤차기한 오른발 L 방향에 내려들어 B 방향으로 주춤서기.
- II) 오른봉 L 방향으로 몸통옆찌르기.

- I) Move kicking leg one step in the L direction, resulting in a horse back stance in the B direction.
- II) Right stick side thrust to the body in the L direction.



42

- I) L 방향으로 왼발돌려차기.
- II) 준비봉



43

- I) 돌려차기한 왼발 L 방향에 내려
던어 왼앞서기하는 동시에 계속
하여 오른발 L 방향으로 몸돌려
뒤차기.
- II) 준비봉



44

- I) 몸돌려뒤차기한 오른발 L 방향에
내려 던어 오른앞서기하는 동시에
계속하여 왼발 시계반대방향으로
뒤로 돌며 L 방향으로 한걸음 나가
R 방향으로 오른앞굽이.
- II) R 방향으로 얼굴막기.

- I) Left foot round house kick in
the L direction.
- II) Ready stick.

- I) Move kicking leg one step in
the L direction and then
right foot spinning back
kick in the L direction.
- II) Ready stick.

- I) Move kicking leg one step in
the L direction and then move
left foot one step anti
clockwise in the L direction,
resulting in a right long
forward stance to the R
direction.
- II) Face block to the R direction.



45

- I) 왼발 R 방향으로 앞차기.
- II) 준비봉.



46

- I) 앞차기한 왼발 R 방향에 내려
던어 왼앞서기하는 동시에 계
속하여 왼발뛰어앞차기.
- II) 준비봉.



47

- I) 뛰어앞차기한 왼발 R 방향에 내려
던어 왼앞서기하는 동시에 계속하
여 오른발몸돌려뒤차기.
- II) 시계방향으로 왼봉 L 방향으로 열
굴옆치기.
(위의 I) 번과 II) 번의 동작을 동시에
실시한다)

- I) Left foot front kick to the R
direction.
- II) Ready stick.

- I) Move kicking leg one step in
the R direction and then left
foot jumping front kick to
the R direction.
- II) Ready stick.

- I) Move kicking leg one step in
the R direction and then right
foot spinning back kick in the
R direction.
- II) Clockwise left stick side strike
to the face in the L direction.
(Perform action I) and II) at the
same time)



48

- I) 몸돌려뒤차기한 오른발 R 방향에 내려 던져 오른앞굽이.
- II) 시계방향으로 왼봉 R 방향으로 얼굴옆치기.



49

- I) 시계반대방향으로 왼발 B 방향으로 뒤차기.
- II) 시계반대방향으로 오른봉 F 방향으로 얼굴옆치기.
(위의 I) 번과 II) 번의 동작을 동시에 실시한다)



50

- I) 뒤차기한 왼발 B 방향에 내려 던지면서 계속하여 오른발 B 방향으로 뒤차기.
- II) 시계방향으로 왼봉 F 방향으로 얼굴옆치기.
(위의 I) 번과 II) 번의 동작을 동시에 실시한다)

- I) Move kicking leg one step in the R direction, resulting in a right long forward stance.
- II) Clockwise left stick side strike to the face in the R direction.

- I) Anti clockwise left foot back kick in the B direction.
- II) Anti clockwise right stick side strike to the face in the F direction.
(Perform action I) and II) at the same time)

- I) After left foot back kick and then right foot back kick in the B direction.
- II) Clockwise left stick side strike to the face in the F direction.
(Perform action I) and II) at the same time)



51

- I) 뒤차기한 오른발 B 방향에 내려 던져 오른앞서기 하는 동시에 계속하여 왼발 앞으로돌기하며 B 방향으로 나가 오른앞굽이
- II) 시계방향으로 오른엇걸어봉 B 방향으로 얼굴옆치기.



52

- I) 시계반대방향으로 오른발 뒤로 F 방향으로 한걸음 나가며 계속하여 왼발 F 방향으로 몸돌려뒤차기.
- II) 준비봉



53

- I) 몸돌려뒤차기한 왼발 F 방향에 내려 던져 왼앞서기하는 동시에 계속하여 왼발 F 방향으로 뛰어 몸돌려 뒤차기.
- II) 준비봉.

- I) Move kicking leg one step in the B direction and left foot forward turn, resulting in a right long forward stance
- II) Clockwise right crossed hands stick side strike to the face in the B direction.

- I) Move right foot anti clockwise one step back to the F direction and left foot spinning back kick in the F direction.
- II) Ready stick.

- I) Move kicking leg in the F direction and left foot jumping spinning back kick in the F direction.
- II) Ready stick.



54

- I) 뛰어몸돌려뒤차기한 왼발 F 방향에 내려 딛으면서 계속하여 시계반대방향으로 오른발앞으로돌기하며 F 방향으로 나가 왼앞굽이.
- II) 시계반대방향으로 두손봉 F 방향으로 720° 다리돌려치기.



55

- I) 시계방향으로 왼발뒤로몸돌리기하며 B 방향으로 나가 오른앞굽이.
- II) 시계방향으로 두손봉 B 방향으로 900° 얼굴돌려치기.



56

- I) 시계반대방향으로 오른발왼쪽으로돌기하며 R 방향으로 나가 왼앞굽이.
- II) 시계반대방향으로 두손봉 R 방향으로 810° 다리돌려치기.

- I) Move kicking leg one step in the F direction and right foot into a forward turn, resulting in a left long forward stance.
- II) Anti clockwise double handed stick 720° spinning strike to the leg in the F direction.

- I) Move left foot clockwise into a backward facing turn in the B direction, resulting in a right long forward stance.
- II) Clockwise double handed stick 900° spinning strike to the face in the B direction.

- I) Move right foot anti clockwise into a left turn in the R direction, resulting in a left long forward stance in the R direction.
- II) Anti clockwise double handed stick 810° spinning strike to the leg in the R direction.



57

- I) 시계반대방향으로 오른발앞으로돌기하며 R 방향으로 나가 왼앞굽이.
- II) 시계반대방향으로 두손봉 R 방향으로 720° 얼굴돌려치기.



58

- I) 시계방향으로 왼발뒤로몸돌리기하며 L 방향으로 나가 오른앞굽이.
- II) 시계방향으로 두손봉 L 방향으로 900° 다리돌려치기.



59

- I) L 방향으로 오른발뛰어앞차기.
- II) 준비봉.

- I) Move right foot anti clockwise into a forward turn in the R direction, resulting in a left long forward stance in the R direction.
- II) Anti clockwise double handed stick 720° spinning strike to the face in the R direction.

- I) Move left foot clockwise into a backward facing turn, resulting in a right long forward stance in the L direction.
- II) Clockwise double handed stick 900° spinning strike to the leg in the L direction

- I) Right foot jumping front kick in the L direction.
- II) Ready stick.



60

- I) 뛰어앞차기한 오른발 L 방향에 내려 오른앞굽이.
- II) L 방향으로 얼굴밀어치기.



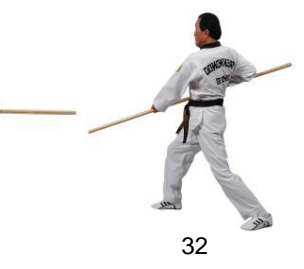
바로

오른발 시계방향으로 돌아 왼발에 붙여 F 방향으로 모아서기.

- I) Move kicking leg one step in the L direction, resulting in a right long forward stance.
- II) Pushing strike to the face in the L direction.

Finish Position
Turn the right foot clockwise to the left foot, resulting in a feet together stance in the F direction.

조스 봉술 8 형. Cho's Bongsul 8 Hyung Summary





39



40



41



42



43



44



45



46



47



48



49



50



51



52



53



54



55



56



57



58



59



60



바로 Finish