조스 쌍봉술 4 형. Cho's Ssangbongsul 4 Hyung Cho's Double stick Fighting Art Pattern No.4



사 자 F 방향으로 모아서기하며 두손에 각각 잡은 봉을 몸통 양쪽 및으로 내린다.

Charyot

Start in the feet together stance

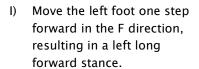
facing the F direction. The both

hand hold the sticks on the both

side of body.



- l) 왼발 앞으로 F 방향으로 한걸음 한걸음 나가 왼앞굽이.
- II) 시계방향으로 왼봉 F 방향으로 얼굴옆치기.



II) Clockwise left stick side strike to the face in the F direction.



I) 왼발 시계방향으로 뒤로 돌아 B 방향으로 한걸음 옮겨 F 방향 왼뒷굽이.

- II) 시계방향으로 오른엇걸어봉 F 방향으로 다리옆치기.
- Move the left foot one step back clockwise in the B direction, resulting in a left back stance to the F direction.
- II) Clockwise left crossed hands stick side strike to the leg in the F direction.



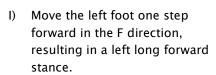
오른발 앞으로 F 방향으로 나가 오른앞굽이.

- II) 시계반대방향으로 오른봉 F 방향으로 얼굴옆치기.
- Move the right foot one step forward in the F direction, resulting in a right long forward stance.
- II) Anti clockwise right stick side strike to the face in the F direction.



왼발앞으로 한걸음 나가 F 방향왼 앞굽이.

II) F 방향으로 왼봉얼굴내려치기.



II) Left stick downward strike to the face in the F direction.



- l) 오른발 뒤로 한걸음 B 방향으로 물러나며 F 방향 오른뒷굽이.
- II) 시계반대방향으로 왼엇걸어봉 F 방향으로 다리옆치기.
- Move the right foot one step back in the B direction, resulting in a right back stance to the F direction.
- II) Anti clockwise left crossed hands stick side strike to the leg in the F direction.



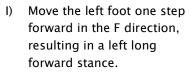
- l) 오른발 앞으로 F 방향으로 한걸 음 나가 오른앞굽이.
- II) F 방향으로 오른봉몸통앞찌르기.
- I) Move the right foot one step forward in the F direction, resulting in a right long forward stance.
- II) Right stick forward thrust to the body in the F direction.



- I) 왼발시계방향으로 뒤돌아 B 방 향으로 한걸음 나가 왼앞굽이.
- II) 시계방향으로 왼봉 B 방향으로 얼굴옆치기.
- I) Turn the left foot back clockwise in the B direction, resulting in a left long forward stance.
- II) Clockwise left stick side strike to the face to the B direction.



- 왼발 앞으로 F 방향으로 한걸음 나가 왼앞굽이.
- F 방향으로 왼봉얼굴앞찌르기. II)



II) Left stick forward thrust to the face in the F direction.



- 두발 제자리.
- II) B 방향으로 얼굴막기.
- Both feet remain in the current position.
- II) Face block to the B direction.



- 두발 제자리.
- Ⅱ) F 방향으로 오른봉얼굴내려치기.
- Both feet remain in the current position.
- II) Right stick downward strike to the face in the F direction.



- I) 두발 제자리에서 시계방향으로 뒤 로 돌아 L 방향으로 주츰서기.
- Ⅱ) 왼봉 F 방향으로 몸 통옆찌르기.
- I) Turn both feet clockwise in the L direction, resulting in a horseback stance.
- II) Left stick side thrust to the body in the F direction.



- 오른발 시계방향으로 뒤로 한걸 음 B 방향으로 옮겨 F 방향으로 왼앞굽이
- II) 시계방향으로 오른엇걸어봉 F 방향으로 얼굴옆치기.
- I) Move the right foot one step back clockwise to the B direction, resulting in a left long forward stance in the F direction.
- II) Clockwise right crossed hands stick side strike to the face in the F direction.



15

- l) 왼발 앞으로 F 방향으로 한걸음 나가 왼앞굽이.
- II) 시계방향으로 왼봉 F 방향으로 얼굴 옆치기.
- I) Move the left foot one step forward in the F direction, resulting in a left long forward stance.
- II) Clockwise left stick side strike to the face in the F direction.



13

- 위발 뒤로 B 방향으로 한걸음 물러나며 F 방향으로 주춤서기.
- II) F 방향으로 얼굴막기.
- Move the left foot one step back in the B direction, resulting in a horse back stance in the F direction.
- II) Face block in the F direction.



- 왼발 뒤로 한걸음 B 방향으로 물러나며 F 방향으로 왼뒷굽이.
- Ⅱ) 시계방향으로 오른 엇걸어봉 F 방향으로 다리옆치기.
- Move the left foot one step back in the B direction, resulting in a left back stance to the F direction.
- II) Clockwise right crossed hands stick side strike to the leg in the F direction.



14

- 오른발 앞으로 F 방향으로 한걸음 나가 오른앞굽이.
- II) 시계반대방향으로 오른봉 F 방향 으로 얼굴옆치기.
- Move the right foot one step forward in the F direction, resulting in a right long forward stance.
- II) Anti clockwise right stick side strike to the face in the F direction.



17

- 오른발 시계반대방향으로 뒤로 돌아 B 방향으로 한걸음 옮겨 F 방향으로 오른뒷굽이.
- Ⅱ) 시계반대방향으로 왼엇걸어봉 F 방향으로 다리옆치기
- I) Move the right foot one step back anti clockwise in the B direction, resulting in a right back stance to the F direction.
- II) Anti clockwise left crossed hands stick side strike to the leg in the F direction.



18

- 오른발 앞으로 한걸음 나가 F 방향으로 오른앞굽이.
- II) F 방향으로 오른봉얼굴내려치
- I) Move the right foot one step forward in the F direction, resulting in a right long forward stance.
- II) Right stick downward strike to the face in the F direction.



19

- 왼발 앞으로 F 방향으로 한걸음 나가 왼앞굽이.
- II) F 방향으로 왼봉몸통앞찌르기.
- Move the left foot one step forward in the F direction, resulting in a left long forward stance.
- II) Left stick forward thrust to the body in the F direction.



20

- 오른발 앞으로 F 방향으로 한걸음 나가 오른앞굽이.
- II) F 방향으로 오른봉얼굴앞찌르기.
- Move the right foot one step I) forward in the F direction, resulting in a right long forward stance.
- II) Right stick upward strike to the face in the F direction.



- 두발 제자리.
- II) F 방향으로 왼봉얼굴내려치기.



22

- 오른발시계반대 방향으로 뒤돌 아 B 방향으로 한걸음 나가 오 른앞굽이.
- Ⅱ) 시계반대방향으로 오른봉 B 방 향으로 얼굴옆치기.



- Turn the right foot back anti
- clockwise in the B direction, resulting in a right long forward stance.
- II) Anti clockwise right stick side strike to the face to the B direction.



- 23
- B 방향으로 얼굴막기.

두발 제자리.

- Both feet remain in the current position.
- II) Face block in the B direction.

- Both feet remain in the current position.
- II) Left crossed hands stick downward strike to the face in the F direction.



24

- I) 두발 제자리에서 시계반대방향으로 뒤로 돌아 R 방향으로 주 츰서기.
- II) 오른봉 F 방향으로 몸통옆찌르기.
- I) Move the left foot back resulting in a horseback stance to the R direction.
- II) Right stick side thrust to the body in the F direction.



25

- 인발시계반대방향으로 뒤로 B 방향으로 한걸음 옮겨 F 방향 오른앞굽이
- II) 시계반대방향으로 왼엇걸어봉F 방향으로 얼굴옆치기.
- Move the left foot one step back anti clockwise in the B direction, resulting in a right long forward stance in the F direction.
- II) Anti clockwise right crossed hands stick side strike to the face in the F direction.



26

- I) 오른발 뒤로 B 방향으로 한걸음 물러나며 F 향으로 주춤서기.
- Ⅱ) F 방향으로 얼굴막기.
- Move the right foot one step back in the B direction, resulting in a horseback stance in the F direction.
- II) Face block in the F direction.



바로

왼발을 오른발에 옮겨 F 방향으로 모 아서기하며 양손에 잡은봉을 몸통 양 쪽 및으로 내린다.

Baro

Move the left foot to the right foot, in a feet together stance in the F diervtion, the both hand hold the sticks on the both side of body.

조스 쌍봉술 4 형 사진으로만 보기 Cho's Ssangbongsul 4 Hyung Photos only

