

1. Chon-Ji Hyong



Chon-Ji stellt insofern eine Ausnahme dar und heißt wörtlich übersetzt "Der Himmel - Die Erde". Symbolisch steht das für die Erschaffung der Welt oder den Anfang der menschlichen Geschichte. Deshalb ist das der erste Formenlauf, der im Traditional Taekwon-Do gelehrt wird. In der asiatischen Naturheilkunde gelten die Hände

als Yang (= Himmel = "Chon") und die Füße als Yin (= Erde = "Ji"). Durch gleichmäßiges Bewegen von Händen und Füßen können wir Himmel und Erde (symbolisch für Geist und Körper) ins Gleichgewicht bringen.

Das Ablaufmuster in diesem Hyong ist zweigeteilt; ein Teil repräsentiert den Himmel, der andere Teil die Erde.

Chon-Ji Hyong setzt sich aus 19 Bewegungen zusammen.

2. Dan-Gun Hyong



Dieser Hyong ist nach dem Heiligen Dan-Gun benannt. Den Mythen nach war er der Sohn des Himmelskönig und einer Menschenfrau (Dan = Helligkeit, Licht von Sonne und Mond zusammen, Erleuchtung; Gun = König und hoher Priester). Der Legende nach gründete er im Jahre 2333 vor unserer Zeitrechnung das Reich Cho'Son (Cho = Morgenstille, Morgenfrische; Son = hell, auch Leben in Harmonie mit Geist des Universums, Meditation, Weg zur inneren Klarheit = "Zen") = Helles Land der Morgenstille; Land des Ostens, wo die Sonne aufgeht; Land der Morgenröte - heutiges Korea.

Er soll auf dem Berg Asa Dal San im Alter von 1908 Jahren die göttliche Erleuchtung erlangt haben und in den Himmel eingegangen sein.

Dan-Gun Hyong besteht aus 21 Bewegungen.

3. To-San Hyong



To-San war das Pseudonym des großen Patrioten "An Ch'ang-Ho" (1876 - 1938), der sein ganzes Leben der Unabhängigkeitsbewegung und Förderung von Bildung in Korea gewidmet hat.

To-San Hyong setzt sich aus 24 Bewegungen zusammen.