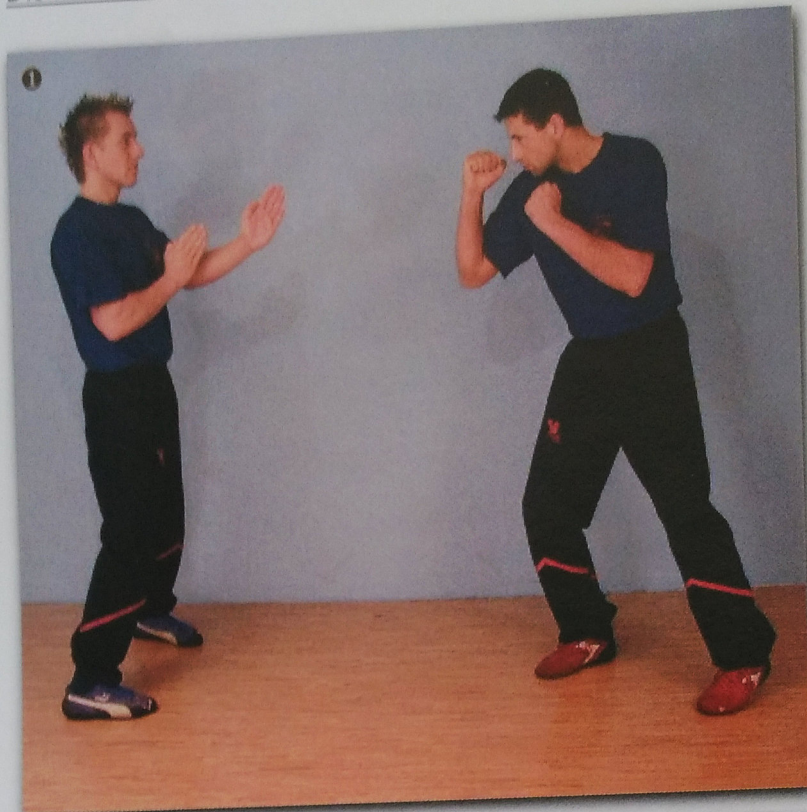




Folge 16:
Die kontrollierende Angriffsbewegung „Nojbong“



Merke: Nojbong ist von Seiten der Körpermechanik her eine Angriffstechnik. Eingesetzt wird er zur Kontrolle/Verteidigung mittlerer und hoher Gliedmaßen/Angriffe. Verlieren wir im Kampfesverlauf unser Gleichgewicht nach hinten, so können wir die entstehende Distanzvergrößerung für einen Tritt nutzen. Diese Arbeitsweise wird traditionsgemäß an der WT-Holzpuppe vermittelt.

Der Angreifer (r.) verkürzt die Distanz zum Verteidiger.

Marko (l.) geht seinem Gegner durch einen zu-vorkommenden Angriff mit Pak-Sao/Fautschlag entgegen, kommt dabei jedoch nicht an Peters Deckung vorbei.

Um einerseits den Druck des Gegner zu nutzen, aber andererseits seine Deckung nicht aufzugeben, setzt Marko die Nojbong-Technik zum Oberarm seines Kontrahenten ein und verlagert sein Gewicht zur Flanke des Gegners hin. Da es Peter nicht gelingt sich zu Marko auszurichten, wird er getroffen.

Bild 4 zeigt eine alternative Vorgehensweise für den Fall, dass Marko nach dem Versuch seines zuvorkommenden Erstschlages sein Gleichgewicht verliert. Dies hätte einen Rückwärtsschritt mit gleichzeitiger Nojbong-Kontrolle/Tritt zur Folge.

