

Tässä muistiinpanoja siitä, missä liikesarjoissa käytetään Gojung Sogi ja Nachuo Sogi – asentoja.

## Gojung Sogi - Kiinteä asento - Fixed Stance

- asennon pituus 1.5 hartian leveyttä etujalan varpaasta takajalan sisäreunaan
- asennon leveys n.2.5 cm (1 tuuma)
- paino keskellä 50 - 50 %, hartiat ja lantio 45 astetta kulkusuunnasta
- etujalan polven ja kantapäähän linja suora

## Nachuo Sogi - Matala asento - Low Stance

- Kuten Gunnun Sogi, mutta leveys 1 hartianmitta sisäsyrjistä mitattuna ja asennon pituus 2 hartianmittaa. Paino keskellä 50 - 50 %

## Won-Hyo

Fixed Stances: #3, #6, #15, #18 (fixed stance punches)

## Joong-Gun

Fixed Stances: #31, #32 (fixed stance u-shaped blocks)

Low Stances: #27, #29 (low stance palm pressing blocks)

## Hwa-Rang

Fixed Stances: #6 (fixed stance sliding punch)

## Choong-Moo

Fixed Stances: #18 (fixed stance u-shape block)

## Kwang-Gae

Low Stances: #21, #22 (Palm pressing blocks) and #26, #30 (flat fingertip thrust)

## Ge-Baek

Low Stances: #14, #15 (flat fingertip thrust)

## Sam-II

Fixed Stances: #15, #16 (U-shape blocks)

## Yoo-Sin

Fixed Stances: #49, #50 (U-shape punches)

## Choi-Young

Fixed Stances: #46 (sliding punch)

## Ul-Ji

Fixed Stances: #28 (x-knife-hand checking block) and #32 (knife-hand and punhing block)

## Se-Jong

Fixed Stances: #9 (forearm high guarding block) and #22 (side elbow thrust)

Lähde: <http://www.kick.nf.net/fixedandlowstances.htm>