"Добивайся поставленной цели" (Чой Хон Хи)

В формальных комплексах сосредоточне весь арсенал технических приемов, входящих в Тэквон-До. В них включены и те из них, которые не применяются в спаррингах в силу своей повышенной опасности. Поэтому целью тылей является не выяснение превосходства одного бойца над другим, а совершенство мастерства. В формальных комплексах органически сочетаются технически элементы, которые выполняются как в быстром, так и в медленном темпе. Тыль представляет собой поединок с воображаемыми противниками, поэтому рисунок тылей различен. Некоторые тыли выполняются на большой площади, другие на менее значительной. При исполненении формальных комплексов требует соблюдать следующие требования:

- начинать и заканчивать тыль строго на одном и том же месте;

- четко выполнять все стойки и движения, характерные для данного тыля;

- движения выполнять ритмично, с хорошей амплитудой и концентрацией;

- при перемещениях соблюдать моменты ускорения и замедления. После выполнения формального комплекса спорсмен называет название выполненного тыля и по команде "БАРО" возвращается в исходное положение. Названия тылей связаны с именами деятелей Кореи или с определенными историческими датами и событиями.

Подготовительные упражнения к техническим комплексам:

1. Са джу цирюги - удары в четыре направления

2. Са джу макги - блок в четыре направления

Технические комплексы (тыль):

1. Чон - Джи

2. Дан - Гун

3. До - Сан

4. Вон – Хьё

5. Юль – Гок

6. Джун- Гун

7. Тэ - Гэ

8. Хва - Ранг

9. Чунг - Му

10. Кван- Ге

11. По - Ун

12. Ге - Бэк

13. Ий - Ам

14. Чунг- Джанг

15. Джуче

16. Сам - Ил

17. Ю – Син

18. Че - Юнг

19. Ён – Ге

20. Ул – Дзи

21. Мун – Му

22. Со – Сан

23. Сэ – Дзонг

24. Тонг – Ил

Чон – Джи (Chon – Ji) – означает «Рай земной». На Востоке это символизирует создание мира, начало человеческой истории. Этот комплекс состоит из двух одинаковых частей: одна представляет Небо, другая – Землю.

Дан – Гун (Dan – Gun) – назван в честь святого Дан – Гуна, легендарного основателя Кореи в 2333 году до нашей эры

До – Сан (Do – San) – псевдоним патриота Ан Чанг Хо, который жил в 1876 – 1938 гг. Двадцать четыре движения этого комплекса представляют его жизнь, которую он посвятил распространению образования в Корее и борьбе за независимость.

Вон – Хье (Won – Hyo) – тыль назван в честь монаха, который ввел буддизм в династию Силла в 686 году..

Юль – Гок (Yul – Gok) – псевдоним великого философа и учителя Йила (1536 – 1584 гг.), названного «корейским Конфуцием». Тридцать восемь движений этого комплекса обозначают место его рождения на 38 широте, а его диаграмма обозначает «ученый».

Джун – Гун (Joon – Gun) – назван в честь патриота Ан Джун Гуна, который убил первого японского генерал – губернатора Корей. Тридцать два движения этого формального комплекса соответствуют возрасту мистера Ана, когда он был казнен в тюрьме Луи Шунг в 1910 году.

Тэ – Гэ (Toi – Gye) – псевдоним выдающегося ученого Йи Хванга (XVI век), который

проповедовал неоконфуционизм. Тридцать семь движений этого комплекса отражают место его рождения – 37 градус северной широты.

Хва – Ранг (Hwa – Rang) – назван в честь молодежной группы, которая появилась во время правления династии Силла в начале VII века. Двадцать девять движений обозначают 29 – ю пехотную дивизию, где развивалось тэквон-до.

Чунг – Му (Choong – Moo) – это имя, данное великому Йи Сун Сину, адмиралу династии Ли. Он создал первый вооруженный военный корабль в 1592 году. Говорят, что он был прототипом современной подводной лодки. Этот тыль заканчивается движением левой руки, символизирующим прискорбную смерть генерала, не позволившую показать свои великие возможносностей.

Кван – Гэ (Kwan – Gae) – назван в честь знаменитого Кван Гэ То Ванга – девятнадцатого короля династии Когурио, который завоевал потерянные Кореей территории, включая большую часть Манчжурии. Тридцать девять движений этого комплекса обозначают первые две цифры 391 года н.э., когда он взошел на трон.

По – Ун (Po – Eun) – псевдоним верного подданного Чанг Чу (1400 г.), который был знаменитым Корейским поэтом и пионером в области физики. тыль состоит из тридцати шести движений. Его диаграмма означает глубокую преданность королю и стране до самого конца династии Корё.

Гэ – Бек (Ge – Baek) – назван в честь великого Корейского генерала. Комплекс состоит из сорока четырех движений. Диаграмма комплекса обозначает его суровую и строгую военную дисциплину