**9th Gup Training**

**Gi Cho:**

 1. Hu Gul Yup Mahk Kee

 2. Pahkeso Ahnero Mahk Kee

 3. Wheng Jin Kong Kyuk

 4. Pahl Koop Kong Kyuk

**Foot:**

 1. Ahneso Pahkuro Cha Gi

 2. Yup Podo Ol Ri Gi

 3. Yup Podo Cha Gi

 4. Ee Dan Ahp Cha Nut Gi

**Hyung:**

 1. Gi Cho Hyung Il Bon

 2. Gi Cho Hyung E Bon

 3. Gi Cho Hyung Sam Bon

**Il Soo Sik:**

 1. Sam Bon

 2. Sa Bon

**Ho Shin Sul:**

 1. Cross Sam Bon

 2. Cross Sa Bon

**Combinations:**

1. Sang Dan Mahk Kee, Tuel Oh Choong Dan Kong Kyuk

**Sparring:**

1. White Belt - Sam Bon

2. White Belt - Sa Bon

**Moo Pahl Dan Khum:**

1. E Bon