

HOSHINSUL

La Fédération Française de **Taekwondo** et Disciplines Associées intègre depuis plusieurs années dans sa pratique et son enseignement une part de savoir-faire concernant la défense personnelle.

Cette désignation sous-entend tout un ensemble de techniques directement applicables dans des situations d'agression pour lesquelles il est utile de savoir réagir avec efficacité.

Le **Hoshinsul**, faisant appel à toutes les techniques du **Taekwondo olympique** (Sport de Combat) mais aussi à celle des poomsés et du Hambon Kieurogui (Art martial), il est donc à la portée de tous les pratiquants.

Le **Hoshinsul** s'identifie sur le plus grand nombre possible de situations d'attaques exigeant des défenses précises, simples mais efficaces. Attaques sur saisies, coup de poing, coup de pied, avec armes, et ripostes avec esquives, dégagements, blocages, clés, coup de poing, coup de pied, amenés et contrôles au sol.

Le **Hoshinsul** est rapidement devenu une forme de pratique à part entière permettant de s'entretenir physiquement tout en apprenant et en perfectionnant les techniques du Taekwondo sous une forme de discipline attrayante.

L'apprentissage du Hoshinsul est accessible à tous.