

# FLYING EAGLE HAP KI DO

飛鷹合氣道



by/von

Juerg Ziegler  
(Switzerland Chief Instructor)

KOREAN FLYING EAGLE HAP KI DO

KOREANISCHES FLIEGENDER ADLER HAP KI DO

Verlag / Publisher:

J. Ziegler  
Georg-Kempfstr. 11  
8046 Zuerich  
Switzerland

ISBN-NR:

3-909244-01-7

Copyright by:

J. Ziegler, Zuerich,  
Switzerland, July 1989

Gedruckt in Singapur von/ Printed  
in Singapore by:

Chang Printing Service  
76, Neil Road.  
Singapore 0208.

Fotos / Photographs:

Fotostudio Martin Moll  
Zuerich, Switzerland

Geschrieben von / Written by:

Meister Juerg Ziegler  
Master Juerg Ziegler  
2. Dan FEHKD

Technischer Berater / Technical  
Advisor:

Grossmeister Sunny Tan Sar  
Bee  
Grandmaster Sunny Tan Sar  
Bee  
6. Dan FEHKD

Lehrbuch von / Instructional Manual  
of:

- KOREAN FLYING EAGLE HAP  
KI DO ASSOCIATION  
(SWITZERLAND)
- FLYING EAGLE HAP KI DO  
ASSOCIATION OF SINGAPORE

# 1. Inhaltsverzeichnis / Contents

|                                         |                                          |
|-----------------------------------------|------------------------------------------|
| 1. Inhaltsverzeichnis                   | 1 1. Contents                            |
| 2. Vorwort                              | 3 2. Preface                             |
| 3. Der Autor                            | 4 3. Author's preface                    |
| 4. Widmung                              | 6 4. Acknowledgments                     |
| 5. Grossmeister Sunny Tan               | 7 5. Grandmaster Sunny Tan               |
| 6. Geschichte des FEHKD                 | 12 6. History of FEHKD                   |
| 7. Embleme / Logo                       | 15 7. Emblem / Logo                      |
| 8. Gurt binden                          | 17 8. How to put the Belt                |
| 9. Grad-System                          | 18 9. Grading System                     |
| 10. Begrueessung                        | 20 10. Salute                            |
| 11. Gymnastik                           | 21 11. Stretching                        |
| 12. Jung Tu Am                          | 36 12. Yung Tu Um                        |
| 13. Atmungstechniken                    | 39 13. Breathing Exercices               |
| 14. Basis Staende                       | 46 14. Basic Stances                     |
| 15. Fallschule                          | 50 15. Breakfalls                        |
| 16. Handabwehrtechniken                 | 57 16. Handblocks                        |
| 17. Handtechniken                       | 60 17. Handtechniques                    |
| 18. Grundschule Kukki<br>Tschaegae      | 69 18. Basic Exercices Kuki<br>Chege     |
| 19. Basis Fusstritte                    | 91 19. Basic Kicks                       |
| 20. Gesprungene Basis Fusstritte        | 107 20. Basic Jumping Kicks              |
| 21. Basis Form                          | 114 21. Basic Pattern                    |
| 22. Spezialtechniken<br>Tukki Tschaegae | 119 22. Special Techniques<br>Tuki Chege |
| 23. Hoe Sen Sul                         | 162 23. Hoe Sen Sul                      |
| 24. Tau Sen Sul                         | 170 24. Tau Sen Sul                      |
| 25. Tuk Sen Sul                         | 177 25. Tuk Sen Sul                      |
| 26. Tuu Sen Sul                         | 183 26. Too Sen Sul                      |
| 27. Huu Sen Sul                         | 194 27. Hoo Sen Sul                      |

28. In Tschenn Tuu  
29. Spezialfusstritte

30. Bung San Han Tschang  
31. Bung San Tuu Tschang  
32. Bung San Sam Tschang  
33. Bung San Sar Tschang  
34. Kuk Tuk Am  
35. Kontaktadresse

20128. In Chen Too

20729. Special Kicking  
Techniques

24330. Bung San Hun Chiang

25231. Bung San Too Chiang

26032. Bung San Sam Chiang

27233. Bung San Sar Chiang

28734. Kuk Tuk Am

29835. Contactaddress

## 2. Vorwort / Preface

Ich gratuliere meinem langjaehrigen und sehr talentierten Schueler Juerg Ziegler zu seinem ausgezeichneten Buch ueber das FLYING EAGLE HAP KI DO.

Es freut mich ganz besonders das Vorwort fuer dieses Buch meines Schuelers zu schreiben. Er setzt seine ganze Energie fuer die Verbreiterung des FEHKD und der Kampfkunst im allgemeinen ein!

Ich bin ueberzeugt, dass dieses Lehrbuch all seinen Schuelern der KOREAN FLYING EAGLE HAP KI DO ASSOCIATION (SWITZERLAND) und meinen Schuelern der FLYING EAGLE HAP KI DO ASSOCIATION OF SINGAPORE sowie allen andern HAP KI DO-Schuelern und Meistern helfen wird, das FEHKD besser zu verstehen und zu ueben.

Dieses Lehrbuch ist ein muss fuer jeden serioesen Kampfkuenstler, vom Beginner bis zum Meister - treten Sie ein in die Welt des FEHKD!

Malaysia, Juli 1989

SABONG NIM SUNNY TAN SAR BEE  
6. Dan FEHKD, 5. Dan TKD

I would like to congratulate my longtime student Juerg Ziegler for his great contribution to the FLYING EAGLE HAP KI DO.

I know him as a very hard working and dedicated student who puts a great deal of effort to promote the FEHKD and the martial arts in general.

I am very glad to write the preface for this special book on the FEHKD.

Hopefully this great work will help all his students of the KOREAN FLYING EAGLE HAP KI DO ASSOCIATION (SWITZERLAND), my students of the FLYING EAGLE HAP KI DO ASSOCIATION OF SINGAPORE and all our students of FEHKD and the public to improve there knowledge of this great and ultimate martial art!

This instructional book is a must for all serious martial artists to improve there knowledge of this great martial art!

Malaysia, July 1989

SABONG NIM SUNNY TAN SAR BEE  
6th Dan FEHKD, 5th Dan TKD

Meister Juerg Ziegler (SABONG TSCHII, 2. Dan FEHKD, 1. Dan Tae Kwon Do), der Autor dieses Buches, verfuegt ueber eine mehr als zehnjahrige Erfahrung in der Kampfkunst und besitzt Meistergrade in mehreren Kampfkuensten.

Anfang September 1988 konnte er, nach einem zwei Monate dauernden Spezialkurs (bis zu 7 Stunden Training pro Tag), erfolgreich die Pruefung zum 1. Dan FEHKD (Schwarzgurt) ablegen. Sein Meister war SABING NIM Sunny Tan Sar Bee (6. Dan FEHKD, 5. Dan Sar Hyun Ji Do Kwan Tae Kwon Do, 3 Star Prowrestling).

Grossmeister Sunny Tan Sar Bee kam, eigens fuer diesen Spezialkurs, von Malaysia in die Schweiz, nach Zuerich.

Seither ist Meister Juerg Ziegler Chefinstructor fuer das FEHKD in der Schweiz und fuer die Weiterverbreitung des FEHKD in Europa zustaeendig.

Seit Mitte September 1988 kann nun das FEHKD zum ersten Mal in Europa, in der Schweiz, erlernt werden (unterrichtet von einem autorisierten Meister der FLYING EAGLE HAP KI DO ASSOCIATION OF SINGAPORE).

Im November 1988 gruendete Meister Juerg Ziegler die KOREAN FLYING EAGLE HAP KI DO ASSOCIATION (SWITZERLAND), deren Praesident und Chefinstructor er ist.

Bereits Mitte Dezember 1988 bestand er, waehrend eines Malaysia-Trainingsaufenthaltes, unter seinem Meister Sunny Tan, erfolgreich die Pruefung fuer den 2. Dan FEHKD.

The author of this book, Master Juerg Ziegler (SABONG CHI, 2nd Dan FEHKD, 1st Dan Tae Kwon Do) has over ten years of experience in Martial Arts and holds Mastergrades in some other Martial Arts, too.

In September 1988 he succesfully passed the grading for 1st Dan Black Belt in FEHKD under his Master Sunny Tan Sar Bee (SABONG NIM, 6th Dan FEHKD, 5th Dan Tae Kwon Do Sar Hyon Ji Do Kwan, 3 Star Prowrestling) after a 2 month special Instructor Course (up to 7 hours of daily training).

His Master Sunny Tan came especially for this course from Malaysia to Switzerland, Zuerich.

Since September 1988 Master Juerg Ziegler is the permanent Chief-instructor for FLYING EAGLE HAP KI DO (FEHKD) in Switzerland.

From September 1988 onwards the FEHKD can be learned now also in Europe, Switzerland, for the first time ever (taught by an official recongnised Master from the FLYING EAGLE HAP KI DO ASSOCIATION OF SINGAPORE).

In November 1988 Master Juerg Ziegler founded the KOREAN FLYING EAGLE HAP KI DO ASSOCIATION (SWITZERLAND) of whom he is the Permanent Chiefinstructor and President; the association was officially approved in December 1988 by the Swiss Goverment.

Allready in December 1988, during a trainingvisit to Malaysia, Master Juerg Ziegler succesfully passed the grading test for 2nd Dan Black Belt FEHKD under his Master Sunny Tan Sar Bee.

## 4. Widmung / Acknowledgments

Dieses Buch widme ich meinen Eltern Lena und Paul Ziegler die mir stets mit Rat und Tat auf meinem Lebensweg zur Seite stehen und mich sehr bei meiner Trainertaetigkeit unterstuetzen!

Ebenso widme ich es Grossmeister Ho Kung Do (12. Dan HUNG SAN DO) der den heutigen FEHKD-Weltcheftrainer Ji Han Jae (10. Dan FEHKD, Begruender FEHKD) in dieser grossartigen Kampfkunst unterrichtete.

Ein spezieller Dank gilt meinem Meister, Sunny Tan Sar Bee (6. Dan FEHKD, 5. Dan TAEKWON DO, 3 Star Prowrestling) fuer all seine vielen lehrreichen Stunden, in denen er mir sein enormes Wissen und Koennen weitergab.

Die Widmung moechte ich auch an alle meine Lehrer und Freunde in der Kampfkunst ausweiten.

Im speziellen sind dies Sifu Austin Goh, GB (Wing Chun Kung Fu, Ng Mui Pai, Chi Kung, Siu Lam Pak Tui, Waffentraining), Sifu Kang Ban Chuan (Chen Kau), Malaysia (Shaolin Kung Fu, Chi Kung, chinesische Medizin), Sifu Cheng Kwong, Hongkong (Waffentraining), Sifu Liew Woo Chiang, Taiwan (Shaolin Kung Fu), Grossmeister Hwang Ken Wang, Taiwan (Kung Fu, Prowrestling), Grossmeister Park Hae Man, Korea (Taekwondo WTF), Shaolin Verband Singapore, Meister Andy Yuen, Malaysia (Taekwondo), Grossmeister Donny Siew, GB (Shaolin Kung Fu, FEHKD, Taekwondo), World Hapkido Federation, USA.

Speziell moechte ich auch all meinen Schuelern danken, die mir halfen um dieses Lehrbuch zusammenzustellen.

Ein spezieller Dank auch meinem Fotografen Martin Moll und seinem Assistenten Felix (Fotostudio Martin Moll, Zuerich, Schweiz).

I would like to dedicate this book to my parents Lena and Paul Ziegler who help and support me all the time, in my Martial Arts Centre as well as in everyday's life!

Also I dedicate it to Grandmaster Ho Kung Do (12. Dan HUNG SAN DO) and his first student, the Founder and Worldchiefinstructor Ji Han Jae (10. Dan FEHKD) of FLYING EAGLE HAP KI DO.

Especially I dedicate it to my Master, Sunny Tan Sar Bee (6. Dan FEHKD, 5. Dan TKD, 3 Star Prowrestling) who taught me in countless hours his skills and experience in the FEHKD and the Martial Arts in general.

Also I would like to extend the dedication to all my teachers and friends in the Martial Arts.

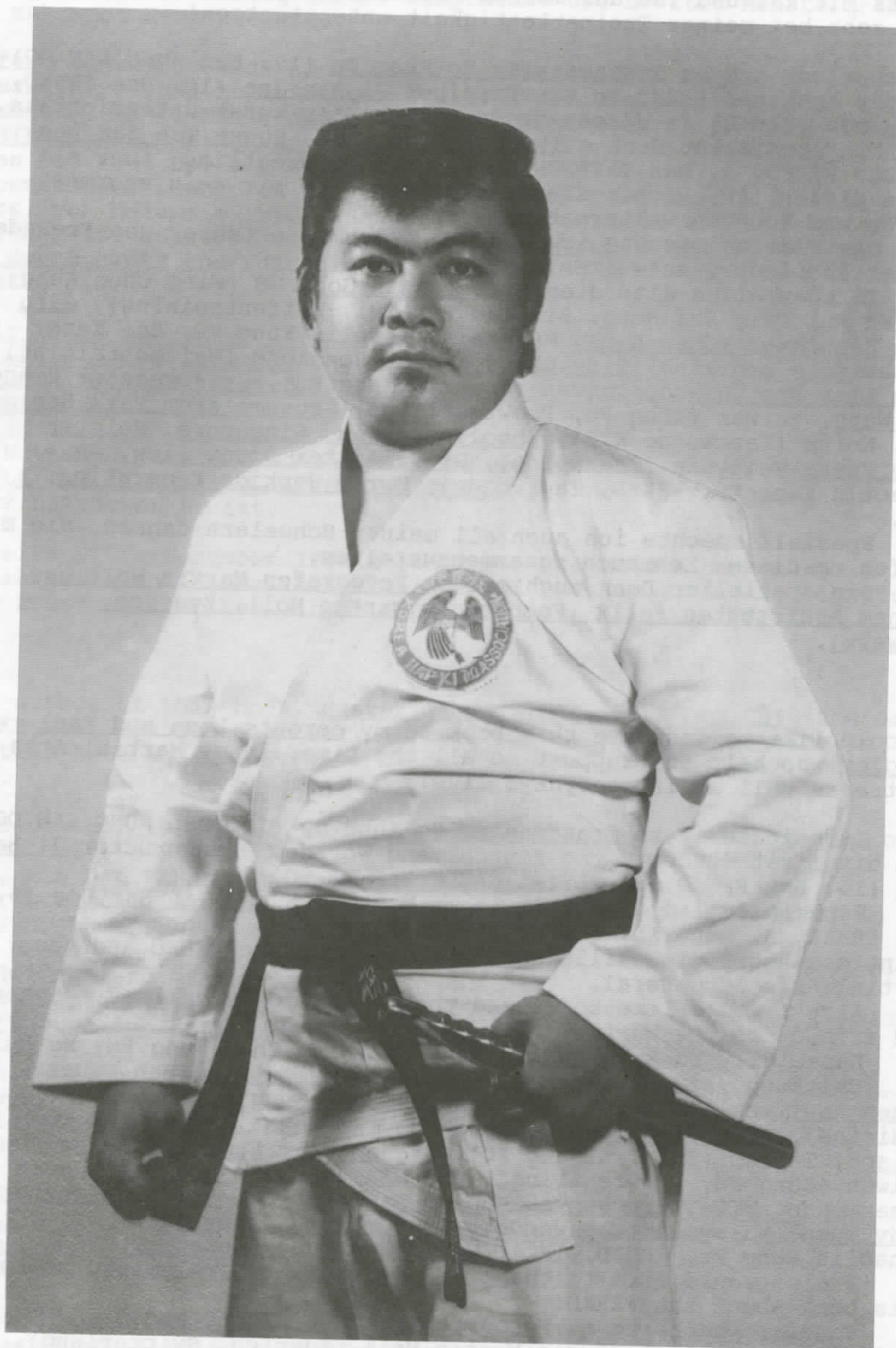
Especially to Sifu Austin Goh, GB (Wing Chun Kung Fu, Ng Mui Pai, Chi Kung, Siu Lam Pak Tui, Weapons), Sifu Kang Ban Chuan (Chen Kau), Malaysia (Shaolin Kung Fu, Chi Kung, chinese Medicine), Sifu Cheng Kwong, Hongkong (Weapons), Sifu Liew Woo Chiang, Taiwan (Shaolin Kung FU), Grandmaster Hwang Ken Wang, Taiwan (Kung Fu, Prowrestling), Grandmaster Park Hae Man, Korea (Taekwondo, WTF), Singapore Shaolin Association, Chiefinstructor Andy Yuen, Malaysia (Taekwondo), Grandmaster Donny Siew, GB (Shaolin Kung Fu, FEHKD, TKD), World Hapkido Federation, USA.

I also would like to thank all my students who helped me for this book about the FEHKD!

Special thanks to my Fotographers Martin Moll and his Assistent Felix (Fotostudio Martin Moll, Zuerich, Switzerland).

**5. Grossmeister Sunny Tan Sar Bee /**

**Grandmaster Sunny Tan Sar Bee**

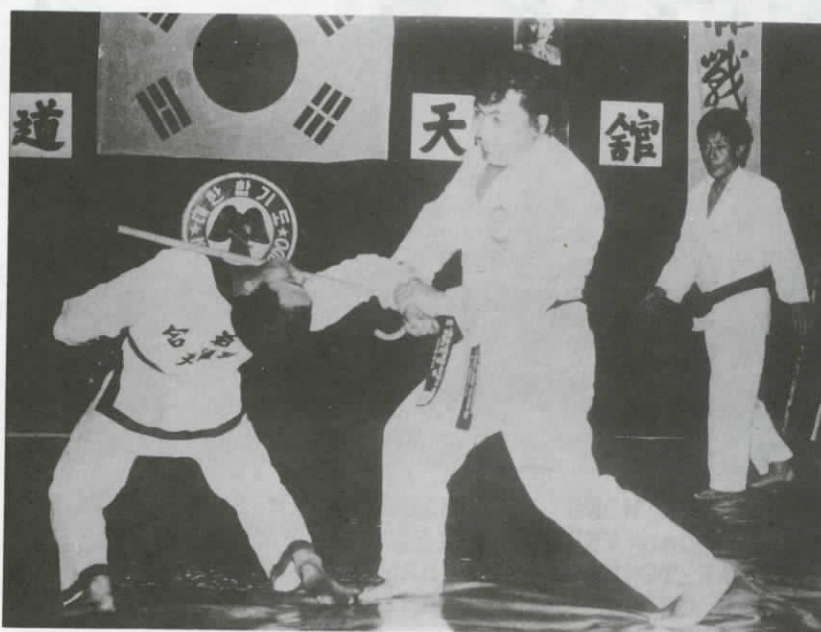




SABONG NIM

SUNNY TAN  
(6. Dan FEHKD)

SABONG TSCHII/  
SABONG CHI  
JUERG ZIEGLER  
(2. Dan FEHKD)



SABONG NIM SUNNY TAN  
mit TAAM BONG SUH  
with TUM BONG SUH

## 6. Geschichte des FEHKD / History of FEHKD

Das FEHKD stammt urspruenglich aus der ueber 2000 Jahre alten koreanischen Kriegskampfkunst Hwarang Do ("Aufbluehende Jugend").

Es ist eine sehr alte Kampfkunst, die unter Koenig Chinhung (im damaligen Koenigreich Silla) vom buddhistischen Priester Won Kwang Bopsa entwickelt wurde.

Dieser Moench gab sein Wissen und Koennen an eigens vom Koenig ausgesuchte Leute weiter, die spaeter die Elitekaempfer im Koenigreich Silla wurden.

Die Handtechniken galten als Verschmelzung von Weich und Hart, gradlinig und kreisfoermig. Gerade geworfene Faustschlaege vermochten einen Panzer des Gegners zu durchbrechen und den Gegner zu toeten.

Die Beintechniken waren von solcher Geschwindigkeit und Praezision, dass sie auf die Gegner wie Schwerter wirkten.

Aus dem Hwarang Do entwickelte sich das Hung San Do. Dieser Stil bestand zu 98 Prozent aus Techniken des Hwarang Do. Der heutige Grossmeister Ho Kung Do (Tschaang Bo Lien, 12. Dan, Hap Ki Do-Begruender, 108-jaehrig) trainiert noch immer regelmaessig auf der Insel Chetsu Do (Korea).

Sein erster Schueler ist Grossmeister Ji Han Jae (Tschung Kwan Tschang, 10. Dan FEHKD, Welt-Cheftrainer, Begruender FEHKD, 68-jaehrig).

Am 25. Juli 1958 aenderte er den Namen in FLYING EAGLE HAP KI DO (FEHKD, auch SAR BEE HAP KI DO).

Das Erkennungszeichen des Stils, der FLYING EAGLE ("fliegender Adler"), wurde am 7. Juli 1967 offiziell von der koreanischen Regierung anerkannt und in Korea registriert.

Seither ist Grossmeister Ji Han Jae offizieller Welt-Cheftrainer des FEHKD.

Einer seiner besten Schueler ist Grossmeister Sunny Tan Sar Bee (Sabong Nim, 6. Dan FEHKD).

Er war Chefinstructor der Sicherheitspolizei in Singapore, Militaerausbilder der KRUKKA-Einheiten und er machte das FEHKD im Fernen Osten, wie auch in Europa, in der Schweiz, bekannt. Zu seinen talentierten Schuelern im FEHKD zaehlen viele namhafte chinesische Filstars ("Eastern Filme").

Gegenwaertig unterrichtet Grossmeister Sunny Tan Sar Bee das FEHKD in Korea, Singapore, Malaysia, Australien, Neuseeland und in der Schweiz.

1982 gruendete er die FLYING EAGLE HAP KI DO ASSOCIATION OF SINGAPORE, deren Chefinstructor er ist.

Bisher wurde das FEHKD nur an Spezialeinheiten der Armee (Commando) und Polizei/Sicherheitskraefte (CISCO-Singapore) unterrichtet. Der breiten Oeffentlichkeit war es nicht zugaenglich.

Seit 1988 besteht, erstmals in der Geschichte des FEHKD, eine Vertretung in Europa, in der Schweiz. Chefinstructor Juerg Ziegler (Sabong Tschii, 2. Dan FEHKD) ist seit September 1988 der erste Europaeer, der das FEHKD offiziell unterrichten kann.

Im November 1988 gruendete Meister Juerg Ziegler die KOREAN FLYING EAGLE HAP KI DO ASSOCIATION (SWITZERLAND), deren Praesident und permanenter Chefinstructor er ist. Dieser Schweizer Dachverband wurde im Dezember 1988 offiziell von der Regierung anerkannt.

1970 - 1976, als die gesamte Leibwache des damaligen Praesidenten Park aus FEHKD-Leuten bestand, erreichte das FEHKD seinen geschichtlichen Hoehepunkt. Grossmeister Ji Han Jae war der Chefausbilder am "Blauen Haus" fuer die mehr als 300 Leibwaechter.

Viele Filmstars - wie Frl. Sang Quan Lin Fung, Meister Carter Wong, Meister Hwang In Sii, Meister Pae Jung Tschunn, Grossmeister Hwang Ken Wang etc. - sind begeisterte Anhaenger des FEHKD.

FEHKD is originating from the over 2000 year old Korean Military Martial Art Hwarang Do / Hwa Lang Doe ("Flowering Manhood").

Hwarang Do is a very old Martial Art and was developed by the Buddhist Monk Won Kwang Bopsa during the Kingdom Silla under King Chinhung.

This Monk taught all what he knew to a special groupe of young people selected by King Chinhung. This young people later formed th Special Force (army) in Silla.

The Handtechniques were known as a combination of soft and hard, straightline and circleline principle. The straight Throwpunches were able to break the bodyarmor of the opponent and killing him instantly.

The Legtechniques were executed so fast and so precisely done, that the opponents of the Hwarang thaught they were swords.

From the Hwarang Do ("The way of the flowering Manhood") developed the Hung San Do. Hung San Do consists of about 98 percent of the Hwarang Do Techniques. The present Grandmaster Ho Kung Do (12. Dan, 108 years old, Founder of Hap Ki Do) is still practising regularly in Korea, Chetsu Do - Island.

His first student is Grandmaster Ji Han Jae (Chung Kwan Chang, 10. Dan, Founder of FLYING EAGLE HAP KI DO, World-Chiefinstructor for FEHKD, 68 years old).

On 25, July 1958 he changed the name Hung San Do to FLYING EAGLE HAP KI DO (FEHKD, SAR BEE HAP KI DO).

The familiar logo of the art, the "Flying Eagle", was officially registred by the Korean Goverment on 7. July 1967!

From that day onwards Grandmaster Ji Han Jae is the official World-Chiefinstructor for FEHKD.

One of his best students is Grandmaster Sunny Tan Sar Bee (Sabong Nim, 6. Dan FEHKD).

He was the Chiefinstructor for the Special Forces of Singapore (Police, Army, KRUKKA, CISCO) and he spread the FEHKD allready in the Far East as well as recently in Europe, Switzerland.

Many of his talented students are well known chinese Filmstars (Eastern Films).

Grandmaster Sunny Tan taught and spread the art in Korea, Singapore, Malaysia, Australia, New Zealand and Switzerland.

In 1982 he founded the FLYING EAGLE HAP KI DO ASSOCIATION OF SINGAPORE of whom he is the Chiefinstructor.

For a long time the FEHKD was only taught to Special Forces of Police, Army and Security. Only recently the teaching is available in some countries for the public.

For the first time in its history, the FEHKD has a branch in Europe, Switzerland - since 1988 Master Juerg Ziegler (Sabong Chi, 2nd Dan FEHKD; he represents Grandmaster Sunny Tan in Switzerland/Europe).

In November 1988 he founded the KOREAN FLYING EAGLE HAP KI DO ASSOCIATION (SWITZERLAND) of whom he is the Permanent Chiefinstructor and the President. In December 1988 this association was officially recognised by the Swiss Goverment.

Between 1970 - 1976 the History of FEHKD was at its heyday. During this period all the Bodyguards of the Korean President Park were taught the FEHKD by there Chiefinstructor Ji Han Jae at the "Blue House" (about 300 Bodyguards).

Also many of the famous Filmstars - Miss Sang Quan Lin Fung, Master Carter Wong, Master Chwang In See, Master Pek Yung Chun, Grandmaster Hwang Ken Wang etc. - respect and support the FEHKD very much.

## 8. Gurt binden / How to put the belt on



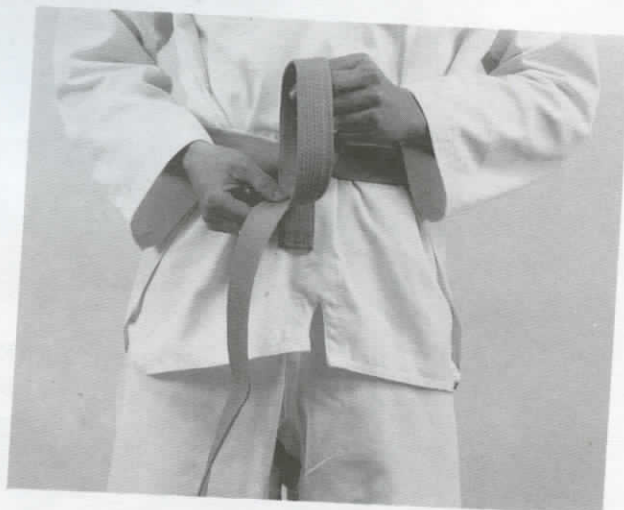
1



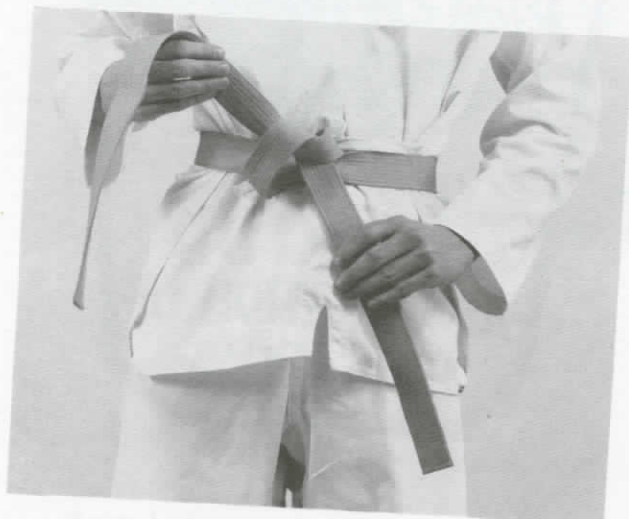
2



3

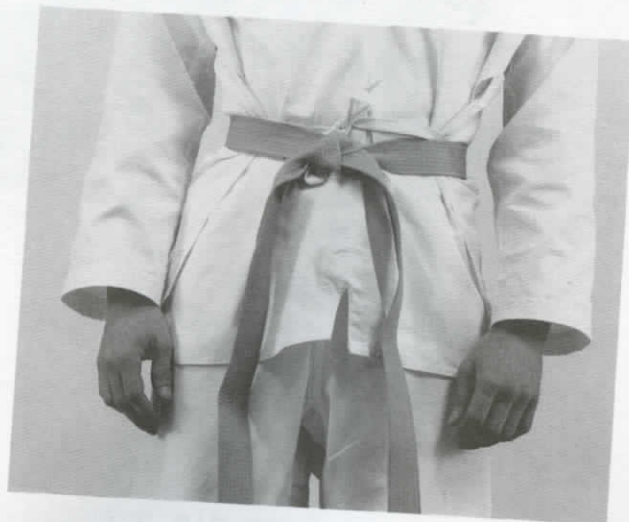


4



5

17



6

## 9. Grad-System / Grading System

|                      |                                                                        |                                                                   |
|----------------------|------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|
| Weiss 6:<br>White 6  | BUNG SAN HAN TSCHANG                                                   | BUNG SAN HAN CHIANG                                               |
|                      | Kuruda                                                                 | Kuruda                                                            |
|                      | Kukki Tschaegae 1                                                      | Kuki Chege 1                                                      |
|                      | Tukki Tschaegae 1                                                      | Tuki Chege 1                                                      |
|                      | Hoe Sen Sul                                                            | Hoe Sen Sul                                                       |
|                      | Jung Tu Am 10x                                                         | Yung Tu Um 10x                                                    |
| Orange 5:            | BUNG SAN TUU TSCHANG                                                   | BUNG SAN TOO CHIANG                                               |
|                      | Tschoer Na Po                                                          | Cher Na Po                                                        |
|                      | Huu Na Po                                                              | Hoo Na Po                                                         |
|                      | Kukki Tschaegae 1-2                                                    | Kuki Chege 1-2                                                    |
|                      | Tukki Tschaegae 1-2                                                    | Tuki Chege 1-2                                                    |
|                      | Tau Sen Sul                                                            | Tau Sen Sul                                                       |
|                      | Jung Tu Am 15x                                                         | Yung Tu Um 15x                                                    |
|                      | Sar Kiurogie (Frei-<br>kampf) KEIN KONTAKT                             | Sar Kiurogi (Freesparring)<br>NO CONTACT                          |
| Gruen 4:<br>Green 4: | BUNG SAN SAM TSCHANG                                                   | BUNG SAN SAM CHIANG                                               |
|                      | Tiu Kuruda, Na Po                                                      | Tiu Kuruda, Na Po,                                                |
|                      | Tschuk Na Po                                                           | Chuk Na Po (Sidefall)                                             |
|                      | Kukki Tschaegae 1-3                                                    | Kuki Chege 1-3                                                    |
|                      | Tukki Tschaegae 1-3                                                    | Tuki Chege 1-3                                                    |
|                      | Tuk Sen Sul                                                            | Tuk Sen Sul                                                       |
|                      | Apoto Gruppe (Apoto<br>Oirogie, Ap-, Jap-,<br>Tollip-, Titora Tschage) | Apoto Group (Apoto Oirogie<br>Ap-, Yap-, Tolip-, Titora<br>Chagi) |
|                      | Jung Tu Am 20x                                                         | Yung Tu Um 20x                                                    |
|                      | Sar Kiurogie (Kein Kon.)                                               | Sar Kiurogi (No Contact)                                          |
| Blau 3:<br>Blue 3:   | BUNG SAN SAR TSCHANG                                                   | BUNG SAN SAR CHIANG                                               |
|                      | Tiu Tschoer Na Po                                                      | Tiu Cher Na Po                                                    |
|                      | Tiu Huu Na Po                                                          | Tiu Hoo Na Po                                                     |
|                      | Tiu Na Po                                                              | Tiu Na Po                                                         |
|                      | Kukki Tschaegae 1-4                                                    | Kuki Chege 1-4                                                    |
|                      | Tukki Tschaegae 1-4                                                    | Tuki Chege 1-4                                                    |
|                      | Huu Sen Sul                                                            | Hoo Sen Sul                                                       |
|                      | Jung Tu Am 25x                                                         | Yung Tu Um 25x                                                    |
|                      | Sar Kiurogie (Leicht-<br>Kontakt)                                      | Sar Kiurogie (Semi<br>Contact)                                    |

Braun 2:  
Brown 2:

# BUNG SAN OOH TSCHANG

Kukki Tschaegae 1-5  
Tukki Tschaegae 1-5  
Tuu Sen Sul  
Hanjak Gruppe (Han-,  
Tuu-, Sed-, Sar-,  
Oohjak Tschagi)  
Sar Kiurogie (Leicht.)  
Jung Tu Am 30

# BUNG SAN OOH CHIANG

Kuki Chege 1-5  
Tuki Chege 1-5  
Too Sen Sul  
Hanyak Group (Han-, Too-,  
Sed-, Sar- and Oohyak  
Chagi)  
Sar Kiurogie (Semi)  
Yung Tu Um 30

Braun 1:  
Brown 1:

# BI KUNG PAH

Jorjak Gruppe (Tschun-,  
Jor-, Tiu Jorjak Tscha-  
gi, Titora Haedschen  
Tschagi, Tiu Titora  
Haedschen Tschagi)  
Bengliu Kiurogie  
(Hoe Sen Sul Freikampf)  
Jakso Kiurogie (Waffen-  
kampf)  
Kongo Kiurogi (catchen)  
In Tschenn Tuu  
Sar Bong Tschii  
(Instructor Kurs)  
Tschung Fan Tschim Do  
(Schiedsrichterkurs)  
Tschung Kwan Sar  
(Bruchtests)

# BEE KONG PAH

Yoryak Group (Chun-, Yor-,  
Tiu Yoryak Chagi, Titora  
Hedjen Chagi, Tiu Titora  
Hedjen Chagi)  
Bengliu Kiurogi  
(Hoe Sen Sul Sparring)  
Jakso Kiurogie (Weapons  
Sparring)  
Kongo Kiurogi (wrestling)  
In Chen Too  
Sa Bong Chi (Instructor-  
Course)  
Chung Fan Chim Do  
(Referee Course)  
Chun Kwan Sar  
(Power Tests)

Mr.

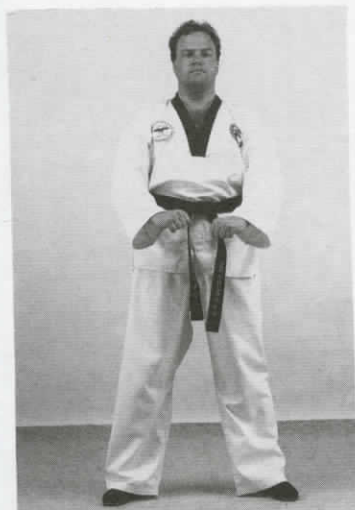
Mrs.

Roof tiles:  
Boards:  
Tok Sah Tschigi/  
Tok Sah Chigi

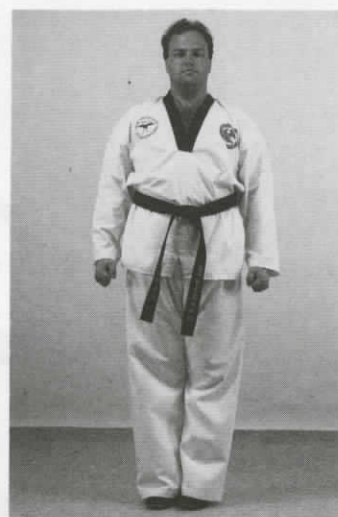
6+  
2+  
1

4+  
1+  
-

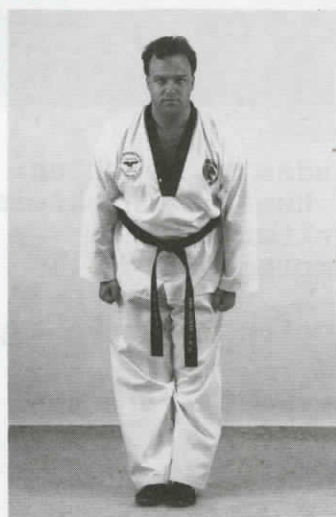
## 10. Begruessung / Salutation



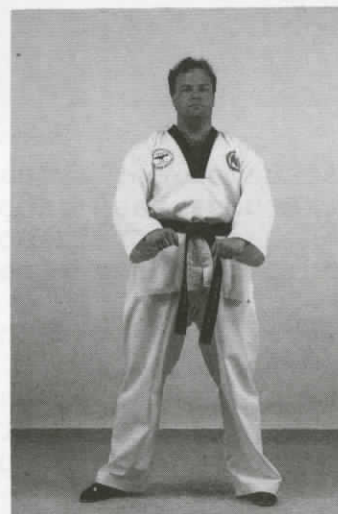
1 Grundstellung BEREIT  
TSCHU-BI  
Basic Stance READY  
CHI-BI



2 Fuesse zusammen  
TSCHA-LIM  
Legs together  
CHA-LIM



3 Verbeugen  
KIONG-JEH  
Bow  
KYONG-YEH



4 TSCHU-Bi  
CHU-BI

## KOREAN FLYING EAGLE HAP KI DO KOREANISCHES FLIEGENDER ADLER HAP KI DO



### **Bedeutung/Meaning of: FLYING EAGLE HAP KI DO**

#### **FLIEGENDER ADLER/FLYING EAGLE:**

Ein Jaeger will einen Adler mit Pfeil und Bogen schießen. Er legt auf ihn an und schießt den Pfeil – der Adler ist jedoch mit seinen Greifern derart schnell, dass er den Pfeil damit auffangen kann.

= Die Techniken im FEHKD sollen so schnell und präzise sein, wie die Greiffer des FLIEGENDEN ADLERS (FLYING EAGLE).

A hunter wants to shoot an eagle with bow and arrow. He faces a eagle in the air and shoots an arrow. But the eagle is so fast with his claws, that he can catch the arrow.

= The techniques of FEHKD should be done as fast and precise as the claws of the FLYING EAGLE.

#### **HAP KI DO:**

HAP = Dan Tien (Danjun), Koerpermitte, alles zuammen  
Dan Tien (Danjun), center of body, all together

KI = Innere Energie, Chi/inner energy, Chi

DO = Fusstritt – Faustschlag – Wurf (= Kampfkunst) oder auch der WEG (der Weg vom Schueler/Unwissenden zum Meister/Gelehrten)

Kick – Punch – Throw (= Martial Art) or WAY (the way from student/the one who knows nothing to master/the one who knows)

Dieses Buch beschreibt im Detail die wichtigsten Techniken und Prinzipien vom Weissgurt bis zum Schwarzgurt dieser einzigartigen und sehr effektiven koreanischen Kampfkunst **FLYING EAGLE HAP KI DO (FEHKD)**.

Geschrieben von Meister Juerg Ziegler, dem autorisierten 2. Dan FEHKD, ist es ein **“Muss”** fuer jeden serioesen und interessierten Kampfkuenstler.

Dies ist das **Lehrbuch** der **KOREAN FLYING EAGLE HAP KI DO ASSOCIATION (SWITZERLAND)** und der **FLYING EAGLE HAP KI DO ASSOCIATION OF SINGAPORE**.

This book provides a deep inside view into all major techniques and principles, from white to black belt of this unique and effective Korean Martial Art **FLYING EAGLE HAP KI DO (FEHKD)**. Written by Master Juerg Ziegler, the authorized 2nd Dan FEHKD, it is a **“must”** for every serious and interested Martial Artist. This book is the **Instructional Handbook** for both, the **KOREAN FLYING EAGLE HAP KI DO ASSOCIATION (SWITZERLAND)** and the **FLYING EAGLE HAP KI DO ASSOCIATION OF SINGAPORE**.