Anmerkung:

Eine etwas weiterentwickelte Form, die den Tul bereits sehr ähnlich ist, bildet die Vierseitengrundschole.

Man übt zwei verschiedene Formen:

- **Saju Jirugi**
Vierseitenfauststoß
- **Saju Makgi**
Vierseitenblock

Bei der Vierseitengrundschole bleibt das eine Bein während der ganzen Übung auf der gleichen Stelle, während das andere Bein vor- und zurückbewegt wird.

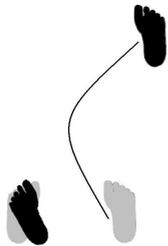
Diese beiden Formen werden sowohl mit links als auch mit rechts ausgeführt.

Saju Jirugi (rechts vorgehen)

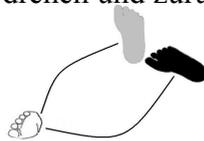
A. Narani Jumbi Sogi
(links raus)



1. Gunnun So Ap Joomuk Kaunde Baro Ap Jirugi
rechts vorgehen



2. Gunnun So Bakat Palmok Najunde Baro Yop Makgi
rechts halb heranziehen
um 90° nach links drehen und zurückgehen



3. Gunnun So Ap Joomuk Kaunde Baro Ap Jirugi
rechts vorgehen

