**4th Gup Training**

**Gi Cho:**

 1. Choi Ha Dan Soo Do Mahk Kee

**Foot:**

 1. Dwi Huri Gi

 2. Ee Dan Dwi Cha Gi

 3. Ee Dan Dwi Ahneso Pahkuro Cha Gi

**Hyung:**

 1. Pyung Ahn Sa Dan

 2. Pyung Ahn O Dan

**Il Soo Sik:**

 1. Ship Sam Bon

 2. Ship Sa Bon

**Ho Shin Sul:**

 1. 2-2 Sam Bon

 2. 2-2 Sa Bon

**Combinations:**

1. Yup Podo Cha Gi, Ahneso Pahkero Mahk Kee, Tuel Oh Sang Dan Chip Kay San Kong Kyuk

2. Ahp Cha Nut Gi, Jang Kap Kwon Kong Kyuk