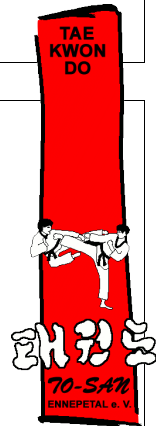


Koreanische Terminologie



Allgemeine Begriffe

Dojang	Taekwondo-Trainingsraum
Dobok	Taekwondo-Anzug
Ty	Gürtel
Sabom	Lehrer/Trainer
Charyot	Kommando zur Achtungsstellung
Kyeongne	Gruß/Verbeugung
Junbi	Vorbereitung auf die nächste Übung
Sijak	Beginn der Übung
Guman	Ende der Übung
Gihap	Kampfschrei
Momtong	Körper (-Mitte)
Jumok	Faust
Jirugi	Fauststoß
Momtong-Jirugi	Fauststoß zum Körper
Sogi	Stellung
Moa-Sogi	Geschlossene Stellung
Narani-Sogi	Vorbereitungsstellung
Juchum-Sogi	Parallelstellung
Ab-Sogi	Kurze Vorwärtsstellung
Ab-Gubi-Sogi	Lange Vorwärtsstellung
Dwit-Gubi-Sogi	Rückwärtsstellung (L-Stellung)
Makki	Abwehr/Block
Arae-Makki	Tiefblock (Unterleib)
Olgul-Makki	Gesichtsblock
Momtong-An-Makki	Block nach innen (Körper)
Chagi	Tritt
Ap-Chagi	Vorwärtstritt
Yop-Chagi	Seitwärtsfußstoß
Ab-Cha-Olligi	Beinhochschwung
Paldung-Chagi	Spanntritt (seitwärts)
Kup/Dan	Schülergrad/Meistergrad
Tora	gedreht
Twio	gesprungen
Arae	Unterleib (vom Nabel an abwärts)
Olgul	Gesicht (vom Schlüsselbein an aufwärts)
Palkup	Ellbogen
Murup	Knie
Palmok	Unterarm
Son	Hand
Sonnal	Handkante (Kleinfingerseite)
Sonnaldung	Handkante (Daumenseite)
Naeryo	abwärts

Koreanische Terminologie

Ollyo	aufwärts
An (Anuro)	von außen nach innen, einwärts
Bakkat (Bakkuro)	von innen nach außen, auswärts
Poom	Kinder-Schwarzgurt
Poomse	Bewegungsform
Baro vorne)	gleichseitig (z. B. linker Arm, rechtes Bein
Pandae	seitenverkehrt (z. B. links Arm und Bein vorne)
Ilbo-, Ibo-, Sambo-Taeryon	Einschritt-, Zweischnitt-, Dreischnitt-Kampf
Hosinsul	Selbstverteidigung
Kyokpa	Bruchtest

Zahlen

Hana	1
Dul	2
Set	3
Net	4
Tasoot	5
Yosoot	6
Ilgob	7
Yoodool	8
Ahop	9
Yool	10

Begriffe zu Schlag und Tritt

Olgul-Baro-Jirugi	Gleichseitiger Fauststoß zum Kopf (Nasenhöhe)
Sonnal-Makki	Handkantenblock (Schutzblock mit beiden Händen)
Han-Sonnal-Makki	Block mit einer Handkante
Chigi	Schlag
Sonnal-Chigi	Handkantenschlag (Kleinfingerseite)
Sonnaldung-Chigi	Handkantenschlag (Daumenseite)
Tora-Yop-Chagi	gedrehter Seitwärtsfußstoß
Dollyo-Chagi	Halbkreis-Schnapptritt
Naeryo-Chagi	Abwärts-Fußschlag
Panda-Dollyo-Chagi	Fersen-Drehschlag
Pandal-Chagi	Halbkreis-Fußschlag
Dwit-Chagi	Rückwärtstritt
Twio-Chagi	gesprungener Tritt
Taeguk	Bewegungsform für Schüler
Jang	Abschnitt

Koreanische Terminologie

Bezeichnung und Bedeutung der Formen

Sayu-Jirugi	Vierseitenschlag
Taeguk 1 Il-Jang	20 Bewegungen Symbolisiert den <i>Himmel - Schöpfung</i>
Taeguk 2 I-Jang	23 Bewegungen Symbolisiert <i>Gelassenheit und starke Persönlichkeit</i>
Taeguk 3 Sam-Jang	34 Bewegungen Symbolisiert das <i>Feuer</i>
Taeguk 4 Sa-Jang	29 Bewegungen Symbolisiert den <i>Donner</i>
Taeguk 5 Oh-Jang	32 Bewegungen Symbolisiert den <i>Wind</i>
Taeguk 6 Yuk-Jang	31 Bewegungen Symbolisiert das <i>Wasser</i>
Taeguk 7 Chil-Jang	33 Bewegungen Symbolisiert den <i>Berg</i>
Taeguk 8 Pal-Jang	38 Bewegungen Symbolisiert die <i>Erde</i>

Begriffe zum Wettkampf

Kyorugi	Kampf
Il-Hoejon	1. Runde
Le-Hoejon	2. Runde
Sam-Heojon	3. Runde
Hogu	Schutzweste
Hong	Rot
Chong	Blau
Song	gewonnen (Sieg)
Kallyo	Kampfunterbrechung
Kyongo Hana	Verwarnung, halber Minuspunkt
Kamjom Hana	ein Minuspunkt
Kyesok	weiter kämpfen
Guman	Ende des Kampfes
Geshi	Zeitstopp, eine Minute
Shigan	Zeitstopp unbegrenzt

Koreanische Terminologie

Tscha-U-Jang-U	drehen
Jusim	Kampfleiter
Coach	Betreuer des Kämpfers
Wettkampffläche	12 m x 12 m
Kampffläche	8 m x 8 m (zwischen Wettkampffläche und Kampffläche ist die Sicherheitszone)

Neue Techniken der 3. Form

Dubon-Jirugi	Doppel-Fauststoß (hintereinander ausgeführt)
Sonnal-Mokchigi	Handkantenschlag zum Hals

Neue Techniken der 4. Form

Sonkut-Jirugi	Fingerspitzenstich
Jebipum-Sonnal- Mokchigi	Handkantenabwehr eines Kopfangriffs mit gleichzeitigem Handkantenschlag zum Hals
Bakkat-Palmok-Makki	Block (Abwehr) mit dem äußeren Unterarm
Dung-Jumok-Ape-Chigi	Faustrückenschlag
Batangson-Nullo-Makki	Handflächenabwehr nach unten

Neue Techniken der 5. Form

Me-Jumok-Chigi	Hammerschlag
Palkup-Chigi	Ellbogenschlag
Palkup-Pyojok-Chigi	Ellbogenzielschlag in die offene Handfläche
Koa-Sogi	Kreuzstellung

Neue Techniken der 6. Form

Jebipum-Hanssonal-Makki	Handkantenabwehr, wobei der Körper verdreht wird
Arae-Hechyo-Makki	beidseitiger Unterleibsblock
Batangson-Momtong-Makki	Handflächenabwehr zur Seite

Neue Techniken der 7. Form

Gawi-Makki	Scherenblock
An-Palmok-Makki	Block mit dem inneren Unterarm
Momtong-Hechyo-Makki	beidseitiger Unterarmblock (Keilblock)
Murup-Chigi	Kniestoß bei dem der Kopf des Gegners gleichzeitig heruntergezogen wird
Du-Jumok-Jochyo-Jirugi	umgedrehter Doppel-Fauststoß (gleichzeitig ausgeführt)
Otgoro-Arae-Makki	Unterleibs-Kreuzblock
Dung-Jumok-Olgul-Bakkat-Chigi	seitlicher Faustrückenschlag
Bo-Jumok	die rechte Hand schließt sich um die linke Faust in Kinnhöhe

Koreanische Terminologie

Pyojok-Chagi	die Sohle des einen Fußes wird in die Handfläche der gegenüberliegenden Hand getreten
Hanssonal-Yop-Makki	seitliche Handkantenabwehr
Jumok-Yop-Jirugi	seitlicher Fauststoß
Bom-Sogi	Tigerstellung
<u>Neue Techniken der 8. Form</u>	
Bakkat-Palmok-Goduro-Makki	Schutzblock wie Sonnal-Makki, aber mit den Fäusten (Kampfhaltung)
Oesantul-Makki	beidarmiger Block, bei dem jeweils ein Angriff auf den Kopf und auf den Unterleib abgewehrt wird
Jumok-Dangyo-Tok-Jirugi	Kinnhaken, bei dem die andere Faust an die gegenüberliegende Schulter gebracht wird
Goduro-Arae-Makki	Schutzblock für den Unterleib

Weiteres zur Anatomie

Sonkut	Fingerspitzen
Dwitchuk	Ferse
Sonmok	Handgelenk
Baldung	Fußrücken (Spann)
Mok	Arm
Dari	Bein
Apchuk	Fußballen
Bal	Fuß
Hori	Taille
Mori	Kopf