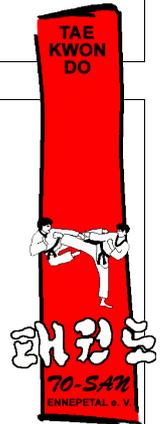


Koreanische Terminologie



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-Nulllo-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-Momtung-Makki | Handflächenabwehr zur Seite |

Neue Techniken der 7. Form

| | |
|-------------------------------|---|
| Gawi-Makki | Scherenblock |
| An-Palmok-Makki | Block mit dem inneren Unterarm |
| Momtung-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 |