

## Allgemeine Taekwondo Begriffe

|             |                                      |
|-------------|--------------------------------------|
| Tae         | Fuß                                  |
| Kwon        | Hand                                 |
| Do          | Der Weg                              |
| Dojang      | Trainingsraum                        |
| Dobok       | Trainingsanzug (Jacke, Hose, Gürtel) |
| Ty          | Gürtel                               |
| Dan         | Meistergrad                          |
| Kup         | Schülergrad                          |
| Charyot     | Achtung! – stillstehen und aufpassen |
| Gyeong-Nye  | Begrüßen, Verbeugen                  |
| Junbi       | Vorbereiten                          |
| Sijak       | Beginnen                             |
| Geuman      | Beenden                              |
| Dora        | drehen                               |
| Gihap       | Kampfschreib                         |
| Ilbo Teryon | Einschrittkampf                      |
| Hosinsul    | Selbstverteidigung                   |
| Arae        | Unten                                |
| Ogul        | Oben                                 |

## Wettkampf

|                 |                          |
|-----------------|--------------------------|
| Hong            | rot                      |
| Chong           | blau                     |
| Gallyeo         | Stop/ Unterbrechung      |
| Gyesok          | Weitermachen (nach Stop) |
| Kalyeo          | Auseinander!             |
| Gamjeom         | Minuspunkt               |
| Hong song       | rot gewinnt              |
| Chong song      | rot gewinnt              |
| Wettkampffläche | 12x12m                   |
| Kampffläche     | 8x8m                     |

## Stellungen

|           |                         |
|-----------|-------------------------|
| Ap-gubi   | Lange Stellung          |
| Ap-sogi   | Kurze Stellung          |
| Kima-sogi | Tiefe Seitwärtsstellung |
| Dwit-gubi | Seitwärtsstellung       |

## Blöcke

|              |                                    |
|--------------|------------------------------------|
| Maki         | Block                              |
| Arae-maki    | Unterleibsblock                    |
| Ogul-maki    | Gesichtsblock mit äußerem Unterarm |
| Sonnal-makki | Handkante                          |
| Hechyô-makki | Keilblock                          |

## Hand / Fuß Techniken

|               |                  |
|---------------|------------------|
| Jirûgi        | Fauststoß        |
| Sonnal-chigi  | Handkantenschlag |
| Palkup-chigi  | Ellenbogenschlag |
| Dubôn         | Zweimal, Doppel  |
| Chagi         | Tritt (Fuß)      |
| Paldung-chagi |                  |
| Doyô-chagi    |                  |
| Yôp-chagi     |                  |
| Naeryô-chagi  |                  |
| Ap-chagi      |                  |
| Dip-chagi     |                  |

## Zählen

|          |    |
|----------|----|
| Hana     | 1  |
| Dul      | 2  |
| Set      | 3  |
| Net      | 4  |
| Daseot   | 5  |
| Yeoseot  | 6  |
| Ilgop    | 7  |
| Yeodeolp | 8  |
| Ahop     | 9  |
| Yeol     | 10 |