

Vokabeln / die wichtigsten koreanischen Begriffe, die im Training verwendet werden.

Tae (Fußtechniken) **Kwon** (Handtechniken/Faust) **Do** (Weg)

Disziplinen

<i>Gibon yeonseup</i>	Grundschule
<i>Poomsae</i>	Schattenkampfform
<i>Kyorugi</i>	Kampf
<i>Ilbo daeryeon</i>	Ein-Schritt-Kampf
<i>Hosinsul</i>	Selbstverteidigung
<i>Gyeokpa</i>	Bruchtest

Allgemeine Kommandos

<i>Charyot</i>	Achtung
<i>Kyong-ye /Gyeong-Nye</i>	Grüßen/Verbeugen
<i>Junbi</i>	Fertigmachen
<i>Sijak</i>	Beginnen
<i>Geuman</i>	Schluss/Ende
<i>Baro</i>	zurück zur Startposition

Wettkampf Kommandos

<i>Kyeorugi-Junbi</i>	Kampfstellung
<i>Gallyeo</i>	Trennen, Unterbrechung
<i>Gyesok</i>	Weiterkämpfen
<i>Hong</i>	Wettkampffarben rot
<i>Cheong</i>	Wettkampffarben blau
<i>Hana deuk</i>	1 Punkt für (Farbe)
<i>Dul deuk</i>	2 Punkte für (Farbe)
<i>Gamjeom / gamjeom hana</i>	Minuspunkt / halber Minuspunkt
<i>Sigan</i>	Zeit zu Ende
<i>(Farbe) seung</i>	(Farbe) Sieger

Grundstellungen

<i>Moa-Seogi</i>	Geschlossene Grußstellung
<i>Pyonhi-Seogi (Chunbi)</i>	Ausgangsstellung
<i>Ap-Gubi</i>	Vorwärts gebeugt
<i>Dwit-Gubi</i>	Rückwärts gebeugt
<i>Ap-Seogi</i>	Vorwärtsstellung
<i>Narani Sogi</i>	Füße Schulterbreit
<i>Kima Sogi</i>	Doppelte Schulterbreite
<i>Chuchum Sogi</i>	Füße parallel 2Fußlängen Abstand
<i>Bom Sogi</i>	Vorderer Fuß Verse anheben

Armtechniken

<i>Arae-Makki</i>	Block untere Stufe
<i>Momtong-An-Makki</i>	Block nach vorne mittlere Stufe
<i>Olgul-Makki</i>	Block obere Stufe
<i>Bakkat-Palmok-Goduro-Makki</i>	Unterstützungsblock mittlere Stufe (Ende jeder Kyorugi)
<i>Sonnal-Makki</i>	Handkantenblock (Fortgeschrittene)
<i>Han-sonnal-an-Makki</i>	Innenblock mit der Handkante (Fortgeschrittene)
<i>Jirugi</i>	Fauststoß
<i>Baro-Jirugi</i>	Fauststoß Seitengleich
<i>Pandae-Jirugi</i>	Fauststoß Seitenverkehrt
<i>Dubon-Jirugi</i>	Doppelfauststoß
<i>Dung-Jumok-Chigi (Rikwon)</i>	Fausrückenschlag (Fortgeschrittene)
<i>Sonnal-an-Chigi</i>	Handkantenschlag von außen nach innen (Fortgeschrittene)
<i>Batangson-Jirugi</i>	Handballenstoß
<i>Palkup-Chigi</i>	Ellenbogenstoß

Beintechniken

<i>Apchagi</i>	Vorwärtstritt
<i>Baldeungchagi</i>	Spanntritt
<i>Yeopchagi</i>	Seitwärtstritt
<i>Dwichagi</i>	Rückwärtstritt
<i>Pandae-Dollyeochagi</i>	Fersendrehschlag/Hakentritt/Gegenkreistritt (Fortgeschrittene)
<i>Mirochagi</i>	Push-Kick/Schubkick (Fortgeschrittene)
<i>Naeryeochagi</i>	Abwärtsfußtritt/Fersenstoß von oben (Fortgeschrittene)

Allgemeine Begriffe

Dobok	Taekwondo-Anzug
Sanni	Oberteil
Hanni	Hose
Tti	Gürtel
Sabeom	Lehrer, Meister
Dojang	Trainingshalle
Gihap	Kampfschrei
Dojang	Halle
Taegucki	Koreanische Fahne

Angriffstufen

Arae	von den Füßen bis zur Hüfte
Momtong	von der Hüfte bis zur Schulter
Olgul	von der Schulter bis einschließlich Kopf

Koreanisch 1-10

1	Hana
2	Dul
3	Set
4	Net
5	Dasot
6	Yosot
7	Illob
8	Yodul
9	Ahob
10	Yol

Organisationen/Verbände

WTF	World Taekwondo Federation
ETU	European Taekwondo Federation
DTU	Deutsche Taekwondo Union
ARMARE	bewaffnen, sich rüsten

Eine ausführliche Liste von Vokabeln findet ihr auch unter:

<https://de.wikipedia.org/wiki/Taekwondo-Begriffe>