

Begriffe im Taekwondo

Kommandos

Cha Ryut	Achtung
Kyung Ye	Verbeugung
Gukkiye Daiyo	zu den Landesflaggen
Kyosa Nim	Trainer, Lehrer (ab 1. Dan)
Sabum Nim	Lehrer, Großmeister (ab 5. Dan)
Kwon Sabum Nim	Anrede für Großmeister Kwon, Jae-Hwa
Chunbi	Fertigmachen, vorbereiten
Sijak	Start
Go Mahn	Ende der Übung (Kampfende)
Baro	zurück zur Startposition
Dolra	Kehrtwendung
Gallyo	Trennen , Unterbrechung
Kezo (Gyesok)	weiter, weiterkämpfen

Bestandteile des Taekwon-Do

Hyong	Form
Kyek Pa	Bruchtest
Chayu Taeryon	Freikampf
Ilbo Taeryon	1-Schritt Kampf
Hosinsul	Selbstverteidigung
Chae Cho	Gymnastik

Zahlen

Hah-Na	1
Dool	2
Seht	3
Neht	4
Dah Sut	5
Yuk Sut	6
Eel-Kohp	7
Yu-Dul	8
Ah-Hohp	9
Yul	10

Richtungsangaben

An	innen, Innenseite
Ap	vorn, vorwärts
Yop	seit, seitwärts
Tollyo	drehen, rund, halbkreisförmig
Pandae	rückwärts, seitenverkehrt
Naeryo	abwärts, nach unten
Chukyo	aufwärts, nach oben
Pakkat	außen, Außenseite
Anuro	von außen nach innen
Pakkuro	von innen nach außen
Tymyo	gesprungen, im Sprung
Dolra	gedreht
Kyocho	gekreuzt

Sangdan	Oben (obere Stufe)
Chungdan	Mitte (Mittelstufe)
Hadan	Unten (untere Stufe)

Stellungen

Moa Sogi	Grundstellung, Füße zusammen
Chongul Sogi	Vorwärtsstellung (lange Stellung)
Hugul Sogi	Rückwärtsstellung (L-Stellung)
Kima Sogi	Reiterstellung
Narani Sogi	Grundstellung (Beine schulterbreit)
Dytpal Sogi	kurze Rückwärtsstellung
Kyocha Sogi	Überkreuz-Stellung

Techniken

Makki	Block
Chirugi	Stoß
Taerigi	Schlag
Chagi	Fußtritt, Kick
Tulki	Stich
Olligi	Beinschwung
Taebi	Schutz, schützen
Sogi	Stellung

Körperteile

Kwon	Faust
Sudo	Handkante
Yok Sudo	Innenhandkante
Kwan Su	Fingerspitzen
Palmok	Arm, Unterarm
An Palmok	Innenseite des Unterarms
Pal Kup	Ellenbogen
Pen Kwan Su	kurze Faust
Changgwon	Handballen
Yukwon	Seitenfaust
Dung Chu Mu (=Rikwon)	Faustrücken

Handtechniken

Hadan Makki	Tiefblock
Chungdan Makki	Mittelblock
Sangdan Makki	Hochblock
Sudo Taerigi	Außenhandkantenschlag
Yok Sudo Taerigi	Innenhandkantenschlag
An Palmok Makki	Innenparade
Palmok Taebi Makki	Armschutzparade
Chukyo Makki	Obenabwehr (Kopfabwehr)
Sudo Taebi Makki	halbhoher Schutzblock mit beiden Außenhandkanten
Tu Palmok Makki	Innenunterarm Doppelblock, zweiter Arm unterstützt
Chirugi	gerader Fauststoß

Fußtechniken

Ap Chagi	Fußstoß vorwärts
Yop Chagi	Seit-Kick
Pandae Tollyo Chagi	Fersendrehschlag
Tollyo Chagi	Halbkreisfußtritt
Pituro Chagi	Fußballentritt nach außen
Naeryo Chagi	Fersenschlag abwärts
Dyt Chagi	Fersen-Kick nach hinten
Tymyo Chagi	Gesprungener Kick
Ap Olligi	Beinschwung aufwärts
Yop Olligi	Beinschwung seitwärts
Tollyo Olligi	Halbkreis-Beinschwung