

Grundwortschatz Taekwondo 태권도



Taekwondo Gemeinschaft Hanse

T.G.H.

Allgemeine Begriffe

tae	<i>Fuß</i> – steht für die Bein- und Sprungtechniken
kwon	<i>Faust</i> – steht für die Hand- und Armtechniken
do	<i>Weg, Kunst</i> – steht für die (geistige) Entwicklung
dojang	Trainingsraum
dobok	Taekwondo-Anzug
ti	Gürtel
kihap	Kampfschrei
kup	Schülergrad, Farbgurt
dan	Meistergrad, Schwarzgurt

Kommandos

charyot	Achtung
kyong nye	Verbeugen
junbi	Vorbereiten, Ausgangsstellung einnehmen
arae makki junbi	Ausgangsstellung für Armtechniken einnehmen
bal chagi junbi	Ausgangsstellung für Beintechniken einnehmen
kyorugi junbi	Wettkampfstellung einnehmen
tora	Umdrehen
sijak	Beginn der Übung
guman	Ende der Übung
kallyo	Trennen, Unterbrechung
kyesok	Weiterkämpfen
baro	Zurück zur Startposition

Körperteil + Angriffsstufe + Methode + Richtung + Grundtechnik = Name der Technik

Körperteile

jumok	Faust
dungjumok	Faustrücken
mejumok	Faustboden
son	Hand
sonnal	Außenhandkante
sonnaldung	Innenhandkante
sonkkut	Fingerspitzen
pyonsonkkut	Fingerspitzen der flachen Hand
batangson	Handballen
palmok	Unterarm
bakkatpalmok	Äußerer Unterarm
anpalmok	Innerer Unterarm
palkup	Ellbogen
bal	Fuß
baldung	Fußspann
apchuk	Fußballen
dwichuk	Hacken
murup	Knie
mok	Hals

Angriffsstufen

olgul	oberhalb des Schlüsselbeins
momtong	vom Schlüsselbein zum Bauchnabel
arae	unterhalb des Bauchnabels

Methoden

bandae	gleichseitig
baro	ungleichseitig
twio	gesprungen
miro	geschoben
sewo	senkrecht aufgestellt
kawi	gespreizt
nullo	drückend
bituro	eingedreht
koduro	unterstützt
hecho	keilartig
otgoro	gekreuzt

Richtungen

ap	nach Vorne
dwit	nach Hinten
yop	zur Seite
an	von Außen nach Innen
bakkat	von Innen nach Außen
naeryo	von Oben nach Unten
ollyo	von Unten nach Oben
dollyo	halbkreisförmig gedreht
momdollyo	über den Rücken gedreht

Grundtechniken

makki	Block
jurugi	Fauststoß
chigi	Schlag
tzirugi	(Finger-)Spieß
chagi	Tritt
sogi / gubi	Stand

Taeguk + Ordnungszahl + *Jang* = Name der Poomsae

Stände

ap sogi	hoher Vorwärtsstand
apgubi	tiefer Vorwärtsstand
dwitgubi	rückwärts Beugestand
juchum sogi	tiefe Parallelstellung
naranhi sogi	hohe Parallelstellung
orun sogi	rechtsseitiger Stand
wen sogi	linksseitiger Stand
bom sogi	Tigerstand
hakdari sogi	Kranichstand
moa sogi	geschlossener Stand
apkkoa sogi	vorwärts Kreuzstand
dwikkoa sogi	rückwärts Kreuzstand

Zahlen

1	hana
2	dul
3	set
4	net
5	dasot
6	yasot
7	ilgob
8	yodul
9	ahob
10	yol

Ordnungszahlen

1.	il
2.	i
3.	sam
4.	sa
5.	oh
6.	yuk
7.	chil
8.	pal
9.	gu
10.	sib

Disziplinen

ilbo taeryon	Ein-Schritt-Kampf
poomsae	Formenlauf
hosinsul	Selbstverteidigung
taeryon/kyorugi	Wettkampf / Kampf
kyokpa	Bruchtest