

# Koreanisch – Deutsch

<b>Grundbegriffe</b>	
Sogi	Stellung
Gubi	Beugestellung
Makki	Abwehr
Jirugi	Stoß/Block
Chirugi	Stich
Chigi	Schlag
Chagi	Tritt
Kihap / Kiai	Kampfschrei
Dojang	Übungsraum, Trainingshalle
Dobok	Taekwondo-Anzug
Ty	Taekwondo-Gürtel
Sonbae Nim	Fortg. Schüler
Kyosa-Nim	Trainer (ab 1. Dan)
Sabum	Trainer, Lehrer, Meisterschüler (bis 4. Dan)
Sabum-Nim	Meisterlehrer, Großmeister (ab 5. Dan)
Kukkiwon	Zentrale des Weltverbandes WT in Seoul, Korea

<b>Körperteile</b>	
An Palmok	Innenunterarm
Apchuk	Fußballen
Bakkat Palmok	Außenunterarm
Bal	Fuß
Balbadak	Fußsohle
Baldung	Fußspann, Rist, Spann
Balnal	Fußkante
Baloal-dung	Innenfußkante
Batangson	Handballen
Dari	Bein
Deung Jumok	Faustrücken
Dwitchuk	untere Ferse
Dwitkumchi	Achillesferse
Habookbo	Hüfte
Hori	Taille
Jumok/Kwon	Faust
Me-Jumok	Faustboden
Mok	Hals
Mori	Kopf
Murup	Knie
Myong-Chi	Solarplexus
Palmok	Unterarm
Palkup	Ellenbogen
Pal/Palmok	Arm, Unterarm
Sonnal	Handkanten
Sonnal Dung	Innenhandkante
Sonmok	Handgelenk
Sonkut	Fingerspitze
Tok	Kinn

<b>Trainingsinhalte, Disziplinen</b>	
Gibon Donjak	Grundschule
Ilbo Taeryon	Ein-Schritt-Kampf
Ibo Taeryon	Zwei-Schritt-Kampf
Sambo Taeryon	Drei-Schritt-Kampf
Taeguk / Poomsae / Hyongs	Bewegungsformen, Formenlauf
Gyorugi / Taeryon	Freikampf, Sparring
Hosinsul	Selbstverteidigung
Kyekpa	Bruchtest

<b>Kommandos</b>	
Charyot	Achtung
Kyongne/Chungi	Verbeugung
Junbi	Ausgangsstellung einnehmen
Sijak	anfangen
Kallyo	trennen
Guman	Ende (- des Kampfes)
Palvako	Beinwechsel
Tora / Dolra	Kehrtwendung
Paro	Ende der Übung
Cuy-oh	Pause
Gukkiye Taiyo	zu den Landesflaggen
Gesok	weiter, weiterkämpfen
Hong Hana Tuck	1 Punkt für Rot
Chong Hana Tuck	1 Punkt für Blau
Hong Dool Tuck	2 Punkte für Rot
Chong Dool Tuck	2 Punkte für Blau
Shi gon	Zeit zu Ende
Hong song	Sieger Rot
Chong song	Sieger Blau
Ka-wu-hyang-woo	zueinander drehen
tscha	nach links/
whoohyang-woo	rechts drehen

<b>Zählen</b>	
Hana	1
Dul	2
Set	3
Net	4
Dasot	5
Yosot	6
Ilgop	7
Yodol	8
Ahop	9
Yul	10

<b>Ordnungs -Zahlen</b>	
il	1.
i	2.
sam	3.
sa	4.
oh	5.
yuk	6.
chil	7.
pal	8.
gu	9.
sip	10.

<b>Aktionsstufen</b>	
Olgul	obere Stufe (Scheitel bis Schlüsselbein)
Momtong	mittlere Stufe (Schlüsselbein bis Nabel)
Arae	untere Stufe (Nabel bis Füße)

<b>Stichtechniken – Chirugi</b>	
Pyonson-kut-sewochirugi	Flachhand-Vertikal-Stich
Pyonson-kut-opochirugi	Nach oben gedrehter Flachhandstich
Pyonson-kut-jochyo-chirugi	Umgekehrter Flachhandstich