

Allgemeines: Deutsch - Koreanisch

Fuß, Faust ,Weg/Verstand	Tae Kwon Do	Unten	Arae
Faust	Jumok	Mitte (Bauch bis Schulter)	Momtong
Sonnal	Handkante	Oben (Gesicht und Hals)	Olgul
Trainingsraum	Dojang	Meistergrad	Dan(1-10)
Anzug	Dobok	Schülergrad	Kup(10-1)
Lehrer	Sabom	Kinderschwarzgurt(bis 15 Jahre)	Poom
Kampfschrei	Gihap (Kihap)	Selbstverteidigung	Hosinsul
Bruchtest	Kyokpa	Achtung - Vorbereiten	Chayryot - Junbi
Block	Makki	Kick	Chagi

Koreanisch zählen: Hana (1) –Dul (2) –Set (3) –Net (4) –Dasot (5)-Yosot (6) –Ilgop (7)-
Yodoll (8) –Ahop (9) –Yoll (10)

Handtechniken:

Block unten	Arae-Makki	Stoß/Schlag (Faust-)	Jirugie (Jumok-)
Block mitte	Momdong-Makki	Mittelfaustschlag	Momdong-jirugie
Block oben	Olgul-Makki	Ellbogen-Schlag	Palkup-chigi
Handkanten Block	Sonal-Makki	Handkanten-Schlag	Sonnal-chigi

Fusstechniken:

Der Tritt	Chagi	Halbkreistritt(Fußballen)	Dollyo-chagi
Vorwärtstritt	Ap-chagi	Fuß-auf-Schwung	Naeryo-chagi
Seitwärtstritt	Yop-chagi	Rückwärtstritt	Dwit-chagi
Halbkreistritt (Spann)	Paltum-chagi	Fußdrehtritt mit Ferse	Pandae-dollyo- chagi

Stellungen:

Stellung	Sogi	Kurze Schrittstellung	Ap-sogi
Geschlossene Stellung	Moa-sogi	Große Schrittstellung	Ap-gubi
Sitzstellung (Groß)	Juchum-sogi	90°-Stellung	Dwit-gubi
Vorbereitungsstellung	Pyonhi-sogi	Tigerstellung	Bom-sogi
Achtung-Stellung	Junbi-sogi	Über Kreuz- Stellung	Koa-sogi

