

## A

koreanisch	deutsch
agumson	Handspanne
an	von außen nach innen, einwärts
an chagi	Schlag nach innen
an makki	Innenblock
ap	vorn
ap chagi	Vorwärtstritt
apchuk	Fußballen
ape	nach vorn
apkkoa sogi	Überkreuzstellung seitwärts
ap kubi	Vorwärtsstellung
apkyorumse	Frontalstellung (im Kyorugi)
ap sogi	kleine Vorwärtsstellung, Schrittstellung
arae	Unterleib (vom Nabel abwärts)
arae makki	Tiefblock

## B

koreanisch	deutsch
baesim	Jury
bakkat	von innen nach außen, auswärts
bakkat makki	Außenblock
bal	Fuß
balbadak	Fußsohle
baldung	Fußrücken, Rist
baljit	Step
baljitki	Steptechnik
balnal	Fußkante (Außenseite)
bamjumok	spitze Faust (Faust mit vorstehendem Fingerknöchel)
bandae	Gegenteil, seitenverkehrt
bandae jirugi	gleichseitiger Stoß
bangoki	Blocktechnik
baro	gerade, gleichseitig
baro	zurück zur Ausgangsstellung
baro jirugi	gegenseitiger Stoß
batangson	Handballen
batguo	Kommando: für Wechsel...
bato chagi	Konterkick
bikyo baljit	Diagonalstep
bo jumok	linke Hand umfaßt die rechte Faust
bomsogi	Tigerstellung, kleine Rückwärtsstellung
bon	Muster, Beispiel, Vorbild
Busim	Punkterichter



## C

koreanisch	deutsch
chaejumpyo	Punktezettel
chagi	Schlag, Tritt
charyot	Kommando: Achtungsstellung
charyot sogi	Achtungsstellung
chaolligi	Fußschwung (das gestreckte Bein -vorn, seitlich- hochschwingen)
chegub	Gewicht
chigi	Schlag
chi jirugi	Aufwärtsstoß
chirugi	Stich mit den Fingerspitzen
choboja	Anfänger
chung sung	Sieg für Blau
chongkwon	Himmel

## D

koreanisch	deutsch
dan	Meistergrad
danggyo jirugi	ziehender Stoß
danjon	Zwerchfell
dari	Bein
datchimse	geschlossene Stellung (Kyorugi)
dobok	Taekwondo Anzug
dojang	Übungsraum, Trainingsraum
dolchogwi	Scharnier
dolla (yopuro,dwilo)	umdrehen (seitwärts, rückwärts)
dollyo chagi	Drehschlag
dollyo jirugi	Drehstoß
dongjak	eine einzelne Bewegung
du	zwei, beide
dubon	doppelt, zweimal, hintereinander
du jumok	beide Fäuste
dukjom	Pluspunkt
dullo baljit	Fußhebestep
dungjumok	Faustrücken
dwi	hinten, rückwärts
dwi dolla baljit	Rückwärts-Drehstep
dwi dollyo chagi	Rückwärtsdrehschlag
dwikumchi	hinterer Teil der Ferse
dwit chagi	Rückwärtstritt
dwitchuk	unterer Teil der Ferse
dwitkkoa sogi	Überkreuzstellung vorwärts
dwit kubi	Rückwärtsstellung



## G

koreanisch	deutsch
gawi makki	Scherenblock
gawisonkut	Fingerspitzen in Scherenform
gibon	Grund
godub chagi	Doppelfußtritt
goduro arae makki	Tiefblock mit Unterstützung
goduro makki	Abwehr mit Unterstützung
goduro momtong makki	Rumpfblock mit Unterstützung
goduro olgul makki	Gesichtsblock mit Unterstützung
guman (gman)	Ende der Übung/Kampfes, aufhören
gyopson	übereinandergelegte Hände

## H

koreanisch	deutsch
hakdari sogi	Kranichbeinstellung
hanbon kyorugi	vorgegebene Partnerübung
han sonnal makki	Block mit einer Handkante
hechyo makki	Beiseite-Schubblock
hoejon	Runde
hogu	Schutzweste
hong sung	Sieg für Rot
hosinsul	Selbstverteidigungskunst
huryo chagi	Peitschenschlag
hansoo	Wasser

## I

koreanisch	deutsch
injung	Nasenrille
ilyo	Einheit

## J

koreanisch	deutsch
jabi	Griff
jagun	klein
jang	Abschnitt
jayu kyorugi	Freikampf
jebipum	Schwalbenform
jechyo jirugi	Stoß mit gedrehter Faust
jirugi (chirugi)	Stoß mit der Faust
juchum sogi	Sitzstellung



juchumse	Haltung mit juchum sogi
jumok	Faust (Knöchel von Zeige- und Mittelfinger bei geschlossener Faust)
junbi	Kommando: Vorbereitung
junbi sogi	Vorbereitungsstellung
jusim	Kampfleiter
jwa woohyang woo	zueinanderdrehen
jwa hyang jwa	links um
junbi undong sijak	beginnen mit dem Aufwärmen
jungli undong sijak	beginnen mit dem Abwärmen
jitae	Erde

## K

koreanisch	deutsch
kal	Messer
kaljabi	Stoß mit der Handspanne
kallyo	Kampfunterbrechung, trennen
kamjom	Minuspunkt
kamjom hana	ein Minuspunkt
kibondongjak	Grundtechniken
kihap	Schrei zur Mobilisation konzentrierter Kraft
kisool	Technik
kkoa baljit	Kreuzstep
kkoa sogi	Überkreuzstellung (Stellung mit überkreuzten Füßen)
kokki	brechender Schlag (mit der Hand oder dem Fuß)
konggjok	Angriff
konggyokki	Angriffstechnik
kullo baljit	Fußziehstep
kullomoa baljit	Schaltstep
kumgang makki	Blockform, bei der eine Hand olgul- u. die andere arae yop makki ausführt
kun	groß
kup	Schülergrad (10. - 1. Kup)
kuryong	Kommando
kuryong opschi	ohne Kommando
kuryonge matschue	mit Kommando
kyesok	Kommand Weiterkämpfen
kyokpa	Bruchtest
kyonggo	Verwarnung
kyonggo hana	eine Verwarnung
kyonggi	Wettkampf, Kampfspiel
kyongle (kyongre)	Gruß, grüßen, Verbeugung, Respektbezeugung



kyorugi	Kampf
kyorumse	Grundkampfstellung
koryo	Korea
keumgang	Diamant

## M

koreanisch	deutsch
makki	Block, Abwehr
mejumok	Faustaußenseite
mikurumbal	gleitende Beine
milo	Schub
mituro	abwärts
mo	Ecke
moa baljit	Schließstep
moa sogi	geschlossene Stellung
modumbal	geschlossene Beine
mojuchum sogi	seitliche juchum sogi Stellung
mom	Körper
mom dollyo chagi	Körperdrehschlag
momtong	Rumpf (zwischen Schlüsselbein und Nabel)
momtong an makki	Rumpf Innenblock
momtong bakkat makki	Rumpf Außenblock
momtong jirugi	Rumpfstoß
momtong makki	Rumpfblock
momtong yop makki	Rumpf Seitblock
mom umjigigi	Körperbewegung
monge	Joch
mori	Kopf
mori bohogu	Kopfschutz
mullo baljit	Rückstep
murup	Knie
murup kokki	Schlag mit der Handspanne oder Tritt mit dem Fuß auf das Knie des Gegeners
myongchi	Solarplexus
myongsang	Meditation

## N

koreanisch	deutsch
naryo	abwärts
naga baljit	Startstep
naranhi sogi	offene Parallelstellung
natchumse	Tiefstellung (im kyorugi)
nullo makki	Abwärtsblock mit den Handballen



## O

koreanisch	deutsch
oen	links
oesantul makki	Blockform (eine Hand arae- die andere olgul bakkat makki)
olgul	Gesicht (vom Schlüsselbein aufwärts)
olgul makki	Gesichtsblock
ollyo	aufwärts
ollyo chigi	Aufwärtsschlag
opo	waagrecht
opsonkut	Fingerspitzen waagrecht
orun	rechts
otgoro arae makki	Tiefkreuzblock
otgoro makki	Kreuzabwehr
otgoro olgul makki	Gesichtskreuzblock

## P

koreanisch	deutsch
paegi	Befreiung
pal	Arm
pal dari bohodae	Arm- und Schienbeinschutz
palgup	Ellbogen
palmok	Unterarm
an palmok	Innenseite (Speiche)
bakkat palmok	Außenseite (Elle)
pituro	Verdrehung, verwinden
poom (pum)	eine Bewegungsform (kann aus mehreren dongjak bestehen)
poom	Meistergrad unter 16. Jahre (rot-schwarzer Gürtel)
poomse	Kombination von Grundbewegungen gegen einen imaginären Partner
pyojok	Ziel
pyojok chagi	Zielschlag mit dem Fuß
pyojok chigi	Zielschlag mit dem Ellbogen/der Faust
pyonhi sogi	zehenoffene Parallelstellung
pyonjumok	halb geöffnete Faust
pyonsonkut	Fingerspitzen senkrecht
pyongwon	Ebene

## S

koreanisch	deutsch
sabom (-nim)	Meister, Lehrer, (Höflichkeitsform)



	(4.Dan)
santul	Bergform, bergförmig
santul makki	Bergblock
satbodae	Unterleibsschutz
sewo	senkrecht
sewo chirugi	Vertikalstich
sewo jirugi	Vertikalstoß
sibum	Vorführung
sigan	Kommando: Zeit stoppen
sijak	(Kampf-) Beginn, beginnen
simpan	Kampfrichter
sogi	Stellung
son	Hand
sonkut	Fingerspitzen
sonmok	Handgelenk
sonnal	Handkante (Kleinfingerseite)
sonnal chigi	Handkantenschlag
sonnaldung	Handkante (Daumenseite)
sonnal makki	Handkantenblock
sung	gewonnen
swio	ruhen, freies ungezwungenes Stehen
sipjin	Dezimal

## T

koreanisch	deutsch
tok	Kinn
tongmilgi	einen (imaginären runden) Gegenstand in den Handflächen zusammendrücken
twio	im Sprung, gesprungen
ty	Gürtel
taebeak	3-Gipfel-Berg

## U

koreanisch	deutsch
undong	Aufwärmen

## W

koreanisch	deutsch
wiro	aufwärts
woo hyang woo	rechts um



## Y

koreanisch	deutsch
yollimse	offen Stellung (im kyorugi)
yonsop kyorugi	Übungskampf
yop	seitlich, Seite
yop chagi	Seitwärtstritt
yopguri	Körperseite
yop jirugi	Seitwärtsstoß
yop kyorumse	Seitwärtsstellung (im kyorugi)
yop makki	Seitblock
yudanja	Schwarzgurtinhaber (bis 3.Dan)
yukupja	Farbgurtinhaber (gelb - rot)

## Poomse - Formen

Poomse	Formen
taeguk il jang	1. Taeguk
taeguk ie jang	2. Taeguk
taeguk sam jang	3. Taeguk
taeguk sa jang	4. Taeguk
taeguk oh jang	5. Taeguk
taeguk yuk jang	6. Taeguk
taeguk chil jang	7. Taeguk
taeguk pal jang	8. Taeguk

## Zahlen

Zahlen	Ordnungszahlen	
hana (han)	1	il
dul (du)	2	ie (i)
set (se)	3	sam
net	4	sa
dasot	5	oh (o)
yosot	6	yuk
ilgob	7	chil
yodul	8	pal
ahob	9	gu
yol	10	sib

