

DOJANG

Taekwondo-Schule in München



Lernbogen
28.05.2022

Grundbegriffe

	Deutsch	Koreanisch
1	Dojang	Trainingsraum
2	Sabom oder Sabum	Trainer, Meister (1. bis 4. Dan)
3	Sabum-Nim,	Großmeister (ab 5. Dan)
4	Kup	Schülergrad
5	DAN	Meistergrad
6	Mom	Körper
7	Poom	Meistergrad unter 16 Jahre
8	Sogi	Stellung
9	Ty	Gürtel
10	Dobok	Taekwondo Anzug
11	Form	Poomsae

Blocks

	Deutsch	Koreanisch
1	Block	Makki
2	Untenblock	Are-makki
3	Innenblock (Mittelblock)	An-makki
4	Gesichtsblock (Obenblock)	Olgul-makki

Fußstellungen

	Deutsch	Koreanisch
1	Stellung	Sogi
2	Parallelstand	Kima-sogi (Juchum-sogi)
3	Achtungsstellung	Charyot-sogi
4	Ausgangsstellung (Junbi-Stellung)	Naranhi-sogi (Junbi-sogi)
5	Geschlossene-Stellung	Moa-sogi
6	Verbeugung	Kyonje

Stöße

	Deutsch	Koreanisch
1	Stoß	Jirugi
2	Fauststoß (zum Körper)	Momtong-Jireugi

Fußtechniken (Kicks)

	Deutsch	Koreanisch
1	Vorwärtstritt	Ap-Chagi
2	Abwärtsfußschlag	Naereo-Chagi
3	Fußtritt vorwärts gesprungen	Twio-Ap-Chagi

Die Bedeutung der Gurtfarben

Weiß steht für die "Unwissenden" und Anfänger - wie ein unbeschriebenes Blatt.	
Gelb symbolisiert den Erdboden, der Früchte tragen soll	
Grün symbolisiert das Wachstum und dass das Training erste Früchte trägt	
Blau symbolisiert die Farbe des Himmels und dessen Weite	
Rot weist als Signalfarbe auf den höchsten Schülergrad hin	
Das Schwarz des Meisters vereint alle Farben in sich	