

DOJANG

Taekwondo-Schule in München



Lernbogen
28.05.2021

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
8	Mom	Körper
9	Orun	Rechts
10	Oen	Links
11	Ollyo	Aufwärts
12	Pal	Arm
13	Poom	Meistergrad unter 16 Jahre
14	Sogi	Stellung
15	Sonkut	Fingespitzen
16	Sonnal	Handkante
17	Twio	Springen
18	Ty	Gürtel
19	Yop	Seitlich
22	Dobok	Taekwondo Anzug

Zahlensystem

Im Koreanischen werden zwei verschiedene Zahlensysteme verwendet. Das sinokoreanische Zahlensystem, das sich aus dem Chinesischen ableitet und das rein koreanische System. Die beiden finden unterschiedliche Anwendung, wobei Letzteres nur die Zahlen von 0 bis 99 beinhaltet. Lerne das chinesische System. Die chinesischen Formen werden für Daten, Telefonnummern, Geld, Adressen und Zahlen über 60 verwendet.

	Sino-koreanisch	Koreanisch
1	일 (Il)	하나 (Han)
2	이 (I)	둘 (Dul)
3	삼 (Sam)	셋 (Set)
4	사 (Sa)	넷 (Net)
5	오 (O)	다섯 (Dseot)
6	육 (Yuk)	여섯 (Yeoseot)
7	칠 (Chil)	일곱 (Ilgop)
8	팔 (Pal)	여덟 (Yeodeol)
9	구 (Gu)	아홉 (Ahop)
10	십 (Sip)	열 (Yeol)

Blocks

	Deutsch	Koreanisch
1	Block	Makki
2	Fauststoß	Are-makki
3	Seitblock	Yop-makki
4	Innenblock	An-makki
5	Außenblock	Bakkat-makki
6	Gesichtsblock	Olgul-makki
7	Handkantenblock	Sonnal-makki

Fußstellungen

	Deutsch	Koreanisch
1	Stellung	Sogi
2	Vorwärtsstellung (lang)	Ap-gubi
3	Vorwärtsstellung (kurz)	Ap-sogi
4	Rückwärtsstellung	Dwit-gubi
5	Parallelstand	Kima-sogi (Juchum-sogi)
8	Achtungsstellung	Charyot-sogi
9	Ausgangsstellung (Junbi-Stellung)	Naranhi-sogi (Junbi-sogi)
10	Geschlossene-Stellung	Moa-sogi
11	Verbeugung	Kyonje

Stöße

	Deutsch	Koreanisch
1	Stoß	Jirugi
2	Fauststoß	Momtong-Jireugi
3	Seitenverkehrter Fauststoß/Gleichstoß	Bandae-Jirugi
4	Gleichseitiger Fauststoß/Gegenstoß	Baro-Jirugi

Fußtechniken (Kicks)

	Deutsch	Koreanisch
1	Vorwärts Fuß	Ap-Chagi
2	Seitwärtstritt	Yop-Chagi
3	Halbkreisfußstoß	Dollyo Chagi
4	Abwärtsfußtritt / Abwärtsfußschlag	Naereo-Chagi
5	Fersendrehschlag	Pandae-Dollyo-Chagi
6	Spanntritt	Baltung-Chagi
7	Fußstoß rückwärts	Dwit-Chagi
8	Fußtritt vorwärts gesprungen	Twio-Ap-Chagi

Stiche

	Deutsch	Koreanisch
1	Stich	Chirugi
2	Fingerspitzenstich	Pyonsonkut-Chirugi








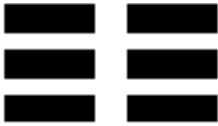
Schläge

	Deutsch	Koreanisch
1	Schlag	Chigi
2	Faustrückenschlag	Dung-Jumok-Chigi
3	Faustrückenschlag nach vorne	Dung-Jumok-ape-Chigi
4	Abwärtsfaustschlag	Naeryo-Jumok-chigi
5	Ellenbogenschlag	Palkup-Chigi
6	Handkantenschlag (von aussen nach innen)	Sonnal-an-Chigi
7	Handkantenschlag zum Hals	Sonnal-mok-Chigi

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	

Fünf von insgesamt acht Schülerformen

Form	Trigramm	Bedeutung
1. Form: Taekguk-II-Jang		Symbolisiert den „Himmel“ und steht für die Schöpfung, den Beginn aller Dinge
2. Form: Taekguk-I-Jang		Symbolisiert einen „See“ und steht für die Freude
3. Form: Taekguk-Sam-Jang		Symbolisiert das „Feuer“ und steht für Leidenschaft und Hoffnung, aber auch für Furcht und Schrecken
4. Form: Taekguk-Sa-Jang		Symbolisiert „Blitz und Donner“ und steht für Kraft und Macht
5. Form: Taekguk-Oh-Jang		Symbolisiert den „Wind“ und steht für das Sanfte
6. Form: Taekguk-Yuk-Jang		Symbolisiert das „Wasser“ und steht für die Anpassungsfähigkeit
7. Form: Taekguk-Chil-Jang		Symbolisiert einen „Berg“ und steht für Stabilität
8. Form: Taekguk-Pal-Jang		Symbolisiert die „Erde“ und steht damit für die Quelle des Lebens