

# Wichtige Begriffe im Tae Kwon Do



Dojang - Trainingsraum

Dobok - Anzug

---

Oben - Ogul

Mitte - Momtong

Unten - Are(a)

---

## Block

Nach oben - Olgul Makki

Zur Mitte - Momtong Makki

Nach unten - Are(a) Makki

---

## Fauststoß

Nach oben - Olgul Jirugi

Zur Mitte - Momtong Jirugi

Nach unten - Area Jirugi

---

## Fuß Schlag

Vorwärtstritt - Ap-Chagi

Seitwärtstritt - Yop Chagi

Rückwärtstritt - Dwi Chagi

Halbkreistritt - Dollyo Chagi

---

## Beinstellungen

Kurze Stellung - Ap Sogi

Lange Tiefe Stellung - Ap Gubi

Rückwärtsstellung - Dwit Gubi

*Diese Grundsätze sind im  
TAE Kwon Do stets zu  
beachten*

- Selbstverteidigung
- Höflichkeit
- Bescheidenheit
- Toleranz
- Integrität
- Durchhaltevermögen
- Selbstdisziplin
- Sozialcourage
- Hilfsbereitschaft

*Quelle: Tae-Kwon-Do Perfekt*

