



## Algemene begrippen voor 6e kub

· Gye Pa	Breekttest
· Hogo	Lichaamsbeschermer
· Hosinsul	Zelfverdedigingstechnieken
· Ibo Taeryon	2 steps technieken
· Ilbo Taeryon	1 steps technieken
· Kiap	Concentratieschreeuw
· Koobi	Pas
· Kup	Benaming van de band-graden tot de 1e dan
· Kyok Pa	Breekttest
· Peagi	Bevrijdingstechniek
· Poomsee	Stijlvorm
· Sabom	Leraar
· Sabom Nim	Leraar vanaf de 5e dan (Grootmeester)
· Saju	Vierhoekstraining (sterloop)
· Sambo Taeryon	3 steps technieken
· Tae Kwon Do	Voet Vuist Denken
· Ti	Band

### Handtechnieken

· Me Joomeok	Pinkzijde vuist – hamervuist
· Pyon Son	Open hand
· Pyonsonkeut	Speerhand
· Sonnal	Meshand (pinkzijde)
· Sonnal Deung	Meshand (duimzijde)

### Koreaans Tellen

· Hana	Een
· Tul	Twee
· Set	Drie
· Net	Vier
· Tasot	Vijf
· Yosot	Zes
· Ilgop	Zeven
· Yodol	Acht
· Ahop	Negen
· Yol	Tien

### Commando's

· Charyeot	In de houding staan
· Gallyeo	Commando stop
· Gye Sog	Commando doorgaan
· Gyeong-Rye	Groeten
· Tiro-tora	Draaicommando

· Junbi	Attentiecommando (bij stijloefening en sparring)
---------	--

### Richting

· An	Van buiten naar binnen
· Ap	Voorzijde (voorwaarts)
· Bakat	Van binnen naar buiten
· Bandae	Overeenkomstig het voorste been
· Baro	Tegenovergesteld van het voorste been
· Naeryo	Neerwaarts
· Oen	Links
· Oreon	Rechts
· Yeop	Zijwaarts

### Stoten/slagen

· An-Chigi	Slag van buiten naar binnen
· Ap-Chigi	Slag naar voren
· Bakat Chigi	Buitenwaartse slag
· Bandae Jireugi	Overeenkomstige vuiststoot
· Baro Jireugi	Tegenovergestelde vuiststoot
· Chigi	Slag
· Chireugi	Steektechniek met de vingertoppen
· Eolgul Jireugi	Hoge vuiststoot
· Gawisonkeut Chireugi	Steken met 2 vingers
· Jireugi	Vuiststoot
· Momtong Jireugi	Vuiststoot op lichaamshoogte
· Naeryo Chigi	Neerwaartse slag
· Naeryo Jireugi	Neerwaartse vuiststoot
· Ollyeo Chigi	Opwaartse slag
· Sonnal Chigi	Meshand slag
· Yeop Chigi	Zijwaartse slag
· Yeop Jireugi	Zijwaartse vuiststoot

### Lichaamsdelen

· Arae	Gedeelte van het lichaam van de grond tot de navel
· Bal	Voet
· Batangson	Achterhandpalm
· Dari	Been
· Eolgul	Gedeelte van het lichaam boven de sleutelbeenderen
· Joomeok (kwon)	Vuist
· Mok	Hals, nek
· Mom	Lichaam
· Momtong	Gedeelte van het lichaam vanaf de sleutelbeenderen tot de navel
· Mooreup	Knie
· Mori	Hoofd
· Pal	Arm
· Palkoop	Elleboog
· Palmok	Onderarm

· Son	Hand
· Sonkeut	Vingers
· Sonmok	Pols

### **Blokken**

· An-Makki	Afweerblok van buiten naar binnen
· Arae-Makki	Onder afweer
· Bakat Makki	Afweerblok van binnen naar buiten
· Eolgul Makki	Hoge afweer
· HanSonnal Makki	Blok met de meshand
· Makki	Afweer
· Momtong Makki	Afweer op lichaamshoogte
· Sonnal Makki	Meshand afweer
· Yeop Area Makki	Zijwaartse afweer

### **Standen**

· Ap-Joochoom seogi	Paardrijstand
· Ap-Koobi Seogi	Lange voorwaartse stand
· Ap-Seogi	Loopstand
· Joochoom Seogi	Paardrijstand
· Moa Seogi	Gesloten stand
· Naranhi Seogi	Parallelstand
· Pyonhi Seogi	Starhouding bij de poomsee
· Seogi	Stand
· Dwitkoobi Seogi	Korte stand

### **Trappen**

· Apcha Olligi	Voorwaartse zwaai met gestrekt been
· Ap-Chagi	Voorwaartse trap
· Ap-Chook Ap-Chagi	Voorwaartse trap met de bal v.d. voet
· Baldeung Ap-Chagi	Voorwaartse trap met wreef
· Baldeung Dollyo Chagi	Cirkeltrap met de wreef
· Balnal Dwit Chagi	Achterwaartse trap met mesvoet
· Balnal Yeop-Chagi	Zijwaartse trap met de mesvoet
· Badae Dollyo-Chagi	Achterwaartse trap (360 graden)
· Bandal Chagi	Halve maan trap
· Modeumbal Chagi	Beide voeten tegelijk trappen
· Naeryo Chagi	Neerwaartse trap
· Yeop Chagi	Zijwaartse trap

### **Kleuren**

· Chong	Blauw
· Hong	Rood

### **Wedstrijdtermen**

· Gallyeo	Uit elkaar
· Geu Man	Stoppen
· Gye Sok	Doorgaan
· Gyeong Rye	Groeten
· Je Ja	Leerling
· Jun Bi	Vorbereiden
· Si Jak	Beginnen