

## A

|                          |   |
|--------------------------|---|
| An Dari Tschagi          | Tritt zum Kopf von außen nach innen.                            |
| An dscha Hoetschen Chagi | 360 Grad Fußfeger in abgehockter Position                       |
| An Son Mok Soo           | Techniken gegen Griffe an das Handgelenk von innen (über Kreuz) |
| An                       | Einwärts/ Innen   |
| An-dscha                 | Unten   |
| Ap                       | Vorn, nach vorn   |
| Ap Eui Book Soo          | Techniken gegen Griffe vorn an der Kleidung                     |
| Ap Tschagi               | Gerader Tritt nach vorn, Trefferfläche ist der Fußballen.       |
| Ap Tschuk                | Fußballen   |
| Ap-tscha-olligi          | Beinschwung nach oben mit gestrecktem Bein                      |

## B

|                   |  |
|-------------------|--|
| Baek Pal Ki Hyong | 108 Bewegungen -Form( 1. Dan )   |
| Bal               | Fuß  |
| Bang Jok Sool     | Techniken gegen Tritte   |
| Bang Too Ki       | Techniken gegen Würfe  |
| Bang Won          | Gegenkreis   |
| Bang              | gegen  |
| Bong              | Stock  |
|                   | Dan Bong - Kurzer ,ca. 30 cm langer Stock  |
|                   | Jang Bong - Ca.180 -240 cm lang  |
|                   | Jung Bong - ca 120 -140 cm langer Stock  |
| Bong Dai Ryun     | Stock - Freikampf  |
| Bu Tschae Sull    | Fächertechniken  |
| Bu Tschae         | Fächer   |
| Bulkyo Mu Sool    | Bestandteil der Techniken im KUK SOOL die von den Mönchen in Korea praktiziert wurden. |

## C

|                   |   |
|-------------------|---|
| Cha Ryut          | Korean:Achtung.                                 |
| Chap Ki           | Techniken gegen beidhändige Griffe an die Brust |
| Chariot Tschase   | Achtung Stellung                                |
| Chiggi            | Oberbegriff für Schläge mit der Hand.           |
| Cho Kup Hyong     | 2. der Bewegungsformen ( 4.Kup , Anfängerform)  |
| Chong gul Tschase | Lange Vorwärtsstellung                          |
| Chong gul         | Vorwärts, nach vorn                             |
| Chong             | aufrecht  |
| Chun Jang Hyul    | Nervenpunkt am Übergang von Hals zu Brustkorb.  |
| Chung Hae Hyul    | Nervenpunkt am Ohr (Gehörgang)                  |
| Chung Young Hyul  | Nervenpunkt direkt unterhalb des Ohres          |

## D

|                 |  |
|-----------------|--|
| Dae Gug Ki      | Koreas Flagge                            |
| Dae Han Min Gug | Süd-Korea ( Eigennamen)                  |
| Dae Kup Hyong   | Höchste ( Farbgurt-) Bewegungsform 1.Kup |
| Dae ryon        | Kampf                                    |
| Dan Bong        | Kurzer, etwa 30 cm langer Stock.         |
| Dan Bong Hyong  | Kurzstock-Form                           |
| Dan Do Mak Ki   | Messerabwehr-Techniken                   |
| Dan Do          | Messer                                   |
| Dan Kum         | Kurzschwert                              |
| Dari            | Bein                                     |
| Dae ryon Mak Ki | starre Blocks                            |
| Do              | der Weg ( Philosophisch )                |
| Dobok           | Anzug ( auchTobok)                       |
| Dojang          | Übungshalle / Trainingsraum              |
| Dolligi         | Kreisförmig drehend, schwenken           |
| Dschie Pang I   | Spazierstock                             |
| Dschie          | Finger                                   |

|                     |  |
|---------------------|--|
| Dschil Bong         | 2 Kurzstöcke mit Kette oder Band ( ehem. Dreschflegel) |
| Dschun Bang Nak Bob | Fallen nach vorne                                      |
| Dschun Kup Hyong    | Mittelstufen -Form 3.Kup                               |
| Dschun Kwon         | Fauststoß  |
| Dung                | Rücken   |
| Dyt Eui Bok Soo     | Techniken gegen Haltegriffe von hinten.                |
| Dyt                 | Rückwärts, nach hinten                                 |

## **E**

|              |   |
|--------------|---|
| Eui Bok Sool | Techniken gegen Angriffe an die Kleidung von vorn |
|--------------|---|

## **G**

|                     |   |
|---------------------|---|
| Go Dschangi Nak Bob | Katzen-Sprung   |
| Gok Ki              | Techniken, die in dem direkten Bruch des Gelenkes enden |
| Gu Kup              | 9.Kup   |

## **H**

|                       |   |
|-----------------------|---|
| Hwa                   | Harmonie  |
| Hadan                 | Unten   |
| Hap Kog Hyul          | Nervenpunkt an der Hand zwischen Daumen und Zeigefinger |
| Hoe Tschen Nak Bub    | Fallrolle   |
| Hoe Tschun Kung Tscha | Rad   |
| Hoe Tschun Nak Bob    | Fallrolle   |
| Hoe Tschen Tschagi    | 360 Grad -Drehtritt in Kopfhöhe                         |
| Hu Bang Nak Bob       | Fallen nach hinten                                      |
| Hua Gi                | Verteidigung im Liegen                                  |
| Hyong                 | Bewegungsform   |
| Hyul Do Bub           | Nervenpunkte/ Nervenpunkt-Techniken.                    |

## I

|               |   |
|---------------|---|
| I Dschi Kwon  | Knöchelfaust                              |
| I Kup         | 2.Kup                                     |
| Idan          | springen                                  |
| Idan Chagi    | Alle gesprungenen Tritte.                 |
| Il Kup        | 1.Kup                                     |
| In Joong Hyul | Nervenzentrum zwischen Nase und Oberlippe |

## J

|                          |  |
|--------------------------|--|
| Jop Chagi                | Tritt mit der Fußkante                           |
| Jop                      | (auch Yop ) seitlich , Seite                     |
| Ju                       | Weich, das Prinzip des Wassers                   |
| Ju Dan Dscha             | Danträger (Schwarzgurt)                          |
| Juk Kup                  | 6.Kup  |
| Juk Su Do                | Innenhandkante                                   |
| Juk Tschung Bang Nak Bob | Fallen verdreht zur Seite                        |
| Jung Bong Hyong          | Langstock -Bewegungsform                         |
| Jung Zwa                 | (Sprich: Schongjua)Kommando für das Niederknien. |

## K

|                   |   |
|-------------------|---|
| Kaig Joo In       | Nervenzentrum - Schläfe   |
| Kam Uh Mak Ki     | Umlenkende Blocks   |
| Ki Bon Soo        | Grundwürfe  |
| Ki Tscho Tscha Gi | Atemtechniken   |
| Ki Cho Hyong      | Erste der Farbgurt-Bewegungsformen, 6-Teilig (10.-5.Kup)                  |
| Ko Kup Hyong      | Vierte der Bewegungsformen ( 1.Kup)                                       |
| Kongyok           | Angriffstellung   |
| Kuk Sa Nim        | Nationaler Kampfkunstmeister<br>(Ehrentitel für den Großmeister in Korea) |
| Kuk               | National  |
| Kum               | (auch Gum) Koreanisch: Schwert  |

|                   |  |
|-------------------|--|
| Kum Dai Ryun      | Schwertkampf   |
| Kum Hyong         | Schwertform  |
| Kum Mu Hyong      | Schwerttanz- Form  |
| Kum Tschi         | Hacke  |
| Kung Joong Mu Sul | Bestandteil der Kuk Sool Won Techniken die den Adeligen und dem Hof entstammen |
| Kup               | Grad in den Farbgurten:  |
| Kwan Jul Ki       | Gelenkhebeltechniken aus der Grunstellung heraus.                              |
| Kwan Su           | Fingerstich  |
| Kwan Tschang Nim  | Anrede für den Schulinhaber in Korea   |
| Kyok Pah Hyong    | Bruchtest-Bewegungsform  |
| Kyok Pah Sool     | Bruchtechniken   |
| Kyung Ye          | Korean.:Gruß ( Sprich: Künje)  |

## **M**

|               |  |
|---------------|--|
| Mae Kwon      | Faustboden   |
| Maek Tscha Ki | Tritte auf die Nervenpunkte aus der Grundstellung heraus |
| Maek Tschi Ki | Nervenpunktschläge                                       |
| Mok Chirugi   | Halshebel-Würfe  |
| Mu Rup        | Knie   |
| Mu Do         | Der Weg des Kriegers (Philosophisch )                    |
| Mu Sull       | Kampfkünste  |

## **N.**

|                          |  |
|--------------------------|--|
| Naeryo                   | Von oben nach unten                                |
| Naeryo Tschagi           | Tritt mit der Ferse mit gestrecktem Bein von oben. |
| Nak Bub                  | Oberbegriff für die Falltechniken.                 |
| Dschun Bang Nak Bob      | nach vorn  |
| Hu Bang Nak Bob          | nach hinten  |
| Tschung Bang Nak Bob     | zur Seite  |
| Hoe Tschun Nak Bob       | Rolle  |
| Juk Tschung Bang Nak Bob | Verdreht zur Seite                                 |

Go Dschangi Nak Bob      Katzensprung

Hoe Tschun Kung Tscha      Rad

Nulllo      drücken /pressen

## **O**

Oh Dschi      Fünf Finger

Oh Kup      5. Kup

Olligi      Kreisförmig drehend, schwingen

## **P**

Pakkat      außen, Außenseite

Pal      Fuß

Pal Kum Tschü      Ellenbogen

Pal Kup      8. Kup

Pal Nal      Fußkante

Pal      Arm

Palmok      Unterarm

Paltung      Fußspann

Po Bak      Band, Schnur, Gürtel

Pyon Son      Offene Hand Schlag

## **R**

Re Kwon

Fausrücken

## S

Sa bom

Meister

Sa bom nim

Anrede für einen Meister in Korea

Sa Kup

4. Kup

Sa Ma Ki

Bestandteil der KSW Techniken,

Sam Bang Dscho Hyong

Drei Richtungen Bewegungsform

Sam Kan Hyul

Nervenzentrum auf dem Handrücken.

Sam Kup

3. Kup

Sang Soo

Techniken, bei denen beide Arme gegriffen werden

Sang Su Do

Doppel- Handkantenschlag

Sang

doppelt, beide

Schip Scha Macki

Kreuzblock

Shi Jak

Korean.: Start/Anfang

Sil Kup

7.Kup

Sipp Kup

10.Kup

Son

Hand

Son Dung

Handrücken

Son Mok Baegi

Techniken zur Handgelenksbefreiung (10. Kup)

Son Mok Soo

Techniken gegen Griffe an das Handgelenk von außen.

Son Mok

Handgelenk

Son Pa Dak

Handfläche

Sool

Kriegskunst, auch Techniken

Su Do

Handkante

## T

Tak Soo Dai Ryun

Tischkampf -Techniken

Tschilo Chagi

Tritt von außen nach innen mit dem Fußballen.

Tiro Tora

Umdrehen

To Ki

Wurf -**Techniken** aus der Grundstellung

|                          |   |
|--------------------------|---|
| Tora Jop Tschagi         | Tritt mit der Fußkante rückwärts nach 180 Grad Körperdrehung. |
| Tschagi                  | Bezeichnung für alle Tritte                                   |
| An Dari Tschagi          | zum Kopf von außen nach innen                                 |
| Andscha HoetschenTschagi | 360 Grad Fußfeger am Boden                                    |
| Ap Tscha Olligi          | mit gestrecktem Bein nach oben                                |
| ApTschagi                | gerade nach vorn  |
| Jop Tschagi              | mit der Fußkante seitwärts                                    |
| Kum Tschi Tschagi        | seitwärts mit der Hacke                                       |
| Naeryo Tschagi           | mit der Ferse des gestreckten Beins von oben nach unten       |
| Pakkat Dari Tschagi      | mit der Fußkante von innen nach außen                         |
| Tchilo Tschagi-          | mit dem Fußballen einwärts                                    |
| Tschang                  | Speer   |
| Tscho Kup Hyong          | Anfänger-Bewegungsform  |
| Tschon Tschi In          | Himmel, Erde, Mensch (Eingang zum Dojang )                    |
| Tschung Bang Nak Bob     | Fallen zur Seite  |

## U

|             |                                 |
|-------------|---------------------------------|
| Um und Yang | Himmel und Erde (philosophisch) |
|-------------|---------------------------------|

## W

|               |  |
|---------------|--|
| Wa Ki         | Techniken, bei denen der Angriff im Liegen abgewehrt wird. |
| Won           | Der Kreis, Vereinigung, Tempel                             |
| Won Hak Hyong | Runde (elegante ) Kranichform                              |

## Y

|      |       |
|------|-------|
| Yang | beide |
|------|-------|

Yang Pal Ap Tschagi

Gesprungener ApTschagi mit beiden Füßen

**Z**

Zwa Ki

Verteidigungstechniken im Sitzen