

**Kommandos**

Charyot  
 Kyongne/Chungi  
 Gukkiye Taiyo  
 Kyosa Nim  
 Sabon Nim  
 Sonbae Nim  
 Chumbi  
 Schisack  
 Guman  
 Paro/Roo  
 Dolra/Tora  
 Kalyo  
 Käsok/Gesok  
 Hong Hana Tuck  
 Chong Hana Tuck  
 Hong Dool Tuck  
 Chong Dool Tuck  
 Shi gon  
 Hong song  
 Chong song  
 Ka-wu-hyang-woo  
 tscha  
 whoohyang-woo

**Training**

Hyong/Poomse  
 Kyok Pa  
 Tschaju Taeryon  
 Gibon-tongschak  
 Kyorugi  
 Ilbo-Taeryon  
 Ibo-Taeryon  
 Sambo-Taeryon  
 Hosinul  
 Tschae-Jo  
 (Chae Cho)

**Körperteile**

An Palmok  
 Apchuk  
 Bakkat Palmok  
 Bal  
 Balbadak  
 Baldung  
 Balnal  
 Baloal-dung  
 Batangson  
 Dari  
 Tung Schumock  
 (Jumok)  
 Twitchuk  
 Twitkumchi  
 Hori  
 Schumok (Jumok)  
 Kwon  
 Me-Jumok  
 Mok  
 Mori  
 Olgul  
 Palkup  
 Pal/Palmok  
 Sonmok  
 Sonnal  
 Sonnal Tung  
 Sonkut  
 Yukwon

**Kommandos**

Achtung  
 Verbeugung  
 zu den Landesflaggen  
 Trainer, Lehrer (ab 1.Dan)  
 Lehrer, Meister (ab 5.Dan)  
 Fortg. Schüler  
 vorbereiten  
 Start  
 Ende der Übung  
 zurück zur Startposition  
 Kehrtwendung  
 Trennen, Unterbrechung  
 weiter, weiterkämpfen  
 1 Punkt für Rot  
 1 Punkt für Blau  
 2 Punkte für Rot  
 2 Punkte für Blau  
 Zeit zu Ende  
 Sieger Rot  
 Sieger Blau  
 zueinander drehen  
 nach links/  
 rechts drehen

**Training**

Form  
 Bruchtest  
 Freikampf  
 Grundschule/-techniken  
 Sparring  
 1-Schritt-Kampf  
 2-Schritt-Kampf  
 3-Schritt-Kampf  
 Selbstverteidigung  
 Gymnastik

**Körperteile (Anatomie)**

Innenunterarm  
 Fußballen  
 Aussenunterarm  
 Fuß  
 Fusssohle  
 Fussspann, Rist, Spann  
 Fusskante  
 Innenfusskante  
 Handballen  
 Bein  
 Faust-  
 rücken  
 untere Ferse  
 Achillesferse  
 Taille  
 Faust  
 Faust  
 Faustboden  
 Hals  
 Kopf  
 Gesicht  
 Ellenbogen  
 Arm, Unterarm  
 Handgelenk  
 Handkante  
 Innenhandkante  
 Fingerspitze  
 Seitenfaust

**Richtungsangaben**

An  
 Ap  
 Yop  
 Dollyo  
 Pandae(ä)  
 Naeryo  
 Chukyo  
 Pakkat  
 Anuro  
 Pakkuro  
 Tymyo  
 Dolra/Tora  
 Dwi  
 Chukyo  
 Du/Dubon  
 Wie  
 Koa  
 Kunn  
 Miro  
 Momdollyo  
 Ollyo  
 Opo  
 Orun  
 Oen  
 Pyojok  
 Pyon  
 Sewo  
 Tiro-Tora  
 Twio!

**Stellungen**

Moa-Sogi  
 Ap-Gubi  
 Dwit-Gubi  
 Kima-Sogi  
 Pyonhi-Sogi  
 Twit-Bal-Sogi  
 Kyoscha-Sogi  
 Charyot-Sogi

**Zahlen (1-10)**

01 - Hana  
 02 - Dul  
 03 - Set  
 04 - Net  
 05 - Dasot  
 06 - Yosot  
 07 - Ilgop  
 08 - Yodul  
 09 - Ahob  
 10 - Yol  
 20 - SeuMool  
 30 - SoRiun  
 40 - Machun  
 50 - Shiün  
 60 - Jähsun  
 70 - IlHunn  
 80 - Yudoon  
 90 - Ahiun  
 100-Back

**Richtungsangaben**

(nach)innen, Innenseite  
 nach vorn, vorwärts  
 seit, seitwärts  
 drehen, rund  
 rückwärts,seitenverkehrt  
 abwärts, nach unten  
 aufwärts, nach oben  
 außen, Außenseite  
 von außen nach innen  
 von innen nach außen  
 gesprungen, im Sprung  
 gedreht  
 nach hinten, rückwärts  
 heben  
 zwei(fach) doppelt  
 nach oben  
 überkreuz  
 groß  
 schieben, stoßen  
 körpergedreht(er)-  
 aufwärts  
 waagrecht, flach  
 rechts  
 links  
 Ziel  
 flach  
 senkrecht  
 nach hinten drehen  
 Sprung, springen

**Stellungen**

Grundstellung  
 Vorwärtsstellung  
 Rückwärtsstellung  
 Reiterstellung  
 Parallelstellung  
 kurze Rückwärtsstellung  
 Überkreuz-Stellung  
 Achtungstellung

**Ordnungszahlen (1.-20.)**

1. - Il  
 2. - Ih  
 3. - Sam  
 4. - Sa  
 5. - Oh  
 6. - Yuk  
 7. - Chil  
 8. - Pal  
 9. - Koo  
 10.- Ship  
 11.- Ship-il  
 20.- Ih--ship