

INTERNATIONAL TAEKWON - DO FEDERATION

Dan-Prüfungen

V. DAN

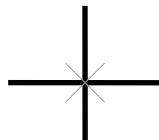
schwarzer Gürtel 5. Grades (Sabum)

Überprüfung bis IV.Dan

TUL = Übungsfigur**YON - GAE** (49 Bewegungen)

wurde nach einem bekannten General aus der Koguryo - Dynastie, Yon Gae Somun benannt. Die 49 Bewegungen verweisen auf die letzten beiden Ziffern des Jahres 649 n. Chr., das Jahr, in dem er die Dang-Dynastie aus Korea vertrieb, nachdem es ihm gelungen war, bei Ansi Sung nahezu 300 000 chinesische Soldaten zu töten.

Tul - Diagramm

**YON - GAE Terminologie**

Niunja So Sonkal Dung Najunde Daebi Makgi	(1.Bewegung)
Gunnun So Ghin Joomuk Nopunde Jirugi	(2.Bewegung)
Twimyo Sonkal Bakuro Taerigi	(4.Bewegung)
Niunja So Kyocha Joomuk Momchau Makgi	(5.Bewegung)
Gunnun So Opun Sonkut Nopunde Bakuro Ghutgi	(6.Bewegung)
Gunnun So Sonkal Najunde Bandae Bakuro Makgi	(9.Bewegung)
Annun So Sonkal Dung San Makgi	(23.Bewegung)
Kyocha Dung Joomuk Naeryo Taerigi	(29.Bewegung)
Annun So Sang Son Palmok Momchau Makgi	(32.Bewegung)
Kyocha So Ap Joomuk Ollyo Jirugi	(33.Bewegung)
Dwitbal So An Palmok Hori Makgi	(38.Bewegung)
Gunnun So Sonkal Dung Najunde Bandae Anuro Makgi	(46.Bewegung)

Merke:

Beim „Niunja So Sonkal Dung Najunde Daebi Makgi“

*Die Hände erreichen das Ziel in einer kreisenden Bewegung

Beim „Annun So Sonkal Dung San Makgi“

*Die Handkanten erreichen die Schläfenhöhe des Verteidigers

Beim „Gunnun So Sonkal Dung Najunde Bandae Anuro Makgi“

*Die Rückhandkante erreicht die Genitalienhöhe

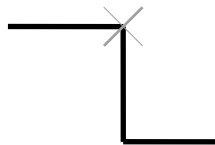
Die 2. Bewegung wird langsam ausgeführt „slow motion“

Die 11. und die 12. die 21. und die 22. Bewegung wird hintereinander ausgeführt „continuous motion“.

TUL = Übungsfigur

UL - JI (42 Bewegungen)

wurde nach dem General Ul - Ji Mun Duk bekannt, dem es gelang, Korea gegen eine chinesische Invasionsarmee, die nahezu eine Million Soldaten umfaßte und von Yang Je geführt wurde, zu verteidigen. Dies geschah im Jahre 612 n. Chr. Ul Ji bediente sich der Strategie des Guerillakrieges und es gelang ihm, einen großen Teil der Streitkräfte zu dezimieren. Das Symbol steht für seinen Nachnamen. Die 42 Bewegungen stehen für das Alter, in dem der Gen. Choi Chong-Hi diese Übungsfigur entwarf.



Tul-Diagramm

Ul - Ji Terminologie

Gunnun So Sang Yop Joomuk Soopyong Taerigi	(1.Bewegung)
Gunnun So Sonkal Nopunde Bandae Ap Taerigi	(4.Bewegung)
Annun So Ap Palkup Taerigi	(7.Bewegung)
Kyocha So Sang Palkup Soopyong Tulgi	(13.Bewegung)
Gunnun So Palmok Bandae Chookyo Makgi	(21.Bewegung)
Gunnun So Nopunde Bandae Jirugi	(23.Bewegung)

Gunnun Junbi Sogi	(26.Bewegung)
Twimyo Nopi Chagi	(27.Bewegung)
Gojung So Kyocha Sonkal Kaunde Makgi	(28.Bewegung)
Niunja So Kyocha Joomuk Noollo Makgi	(29.Bewegung)
Niunja So An Palmok Kaunde Hechyo Makgi(ohne Kick)	(30.Bewegung)
Gojung So Sonbadak Miro Makgi	(32.Bewegung)
Dwiro Ibo Omgyo Didimyo Twigi	(37.Bewegung)
Niunja So Sonbadak Ollyo Makgi	(38.Bewegung)

Merke :

Die 2. und 3. Bewegung wird hintereinander ausgeführt „continuous motion“

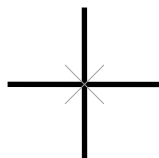
Die 11. Bewegung wird schnell ausgeführt „fast motion“

TUL = Übungsfigur

MOON - MOO (61 Bewegungen)

wurde zu Ehren des 13. Königs der Silla-Dynastie bekannt. Sein Leichnam wurde in der Nähe von Dae Wang Am (Felsen des großen Königs) bestattet. Gemäß seinem Testament wurde sein Leichnam ins Meer versenkt „ **Wo meine Seele bis alle Ewigkeit mein Land gegen die Japaner verteidigen wird**“. Angeblich wurde der Sok Gul Am (Steinhöhle) als Grabmal für ihn gebaut.

Tul-Diagramm



MOON - MOO Terminologie

Annun So Opun Sonkut Kaunde Tulgi	(4.Bewegung)
Kyocha So Sonkal Yop Taerigi	(6.Bewegung)
Waebal So Sonkal Bakuro Makgi	(9.Bewegung)
Dwitbal So Sonbadak Naeryo Makgi	(25.Bewegung)
Annun So Yop Joomuk Kaunde Yop Taerigi	(27.Bewegung)
Annun So Sonkal Najunde Yop Makgi	(30.Bewegung)
Yopcha Milgi (seitlicher Schiebetritt)	(31.Bewegung)
Nopunde Bituro Chagi (hoher gewundener Tritt)	(43.Bewegung)
Yopcha Momchoogi (seitlicher Kontrolltritt)	(50.Bewegung)

Yopcha Tulgi (Yop chagi Variation mit dem Ballen)	(53.Bewegung)
Kyocha So Najunde Jirugi	(56.Bewegung)
Gunnun So Bandalson Bandae Chookyo Makgi	(60.Bewegung)

MATSOGI = Partnertraining (Sparring)

ILBO MATSOGI (1- Step Sparring)

HOSINSUL = Selbstverteidigung
Frei

KYOK - PA = Bruchtest

Spezialtechniken

ILON = Theorie