

# Ordlista

Vill ha.

GULT BÄLTE 9 GUP

SAJOE	4 Riktningar	1 STEG 5ST + 7 SJÄLVFÖRSVAR	
9 dojang	träningslokal	9 dobok	träningsdräkt
9 chareyot	givakt	9 kjung ne	buga
9 boomsa nim	mästare 8-10 dan	9 geuman	avsluta
9 kyosa nim	svartbälte 1-3 dan	9 so	slappna av
9 sabom nim	svartbälte 4-7dan	9 pal packo	byt / vänd
9 chogo nim	färgatbälte 9-1 gup	9 dirro dorra	vänd 180grader
9 champeo nim	högrebältad 9-1 gup	9 cha yang u	vänd mot partner
9 si jack	starta	9 u yang u	vänd höger
9 kalyo	avbryt	9 cha yang cha	vänd vänster
9 poom	grundteknik	9 seogi	kort steg
9 gukki	flagga	9 koobi	långt steg
9 ap	fram	* choombi	färdig ställning
9 yop	sida	* moa soogi	fötter ihop
9 dwit	bakåt	* peni soogi	fötter isär
9 chagi	spark	* ap seogi	50*50%
9 chierugi	slag från höft	* ap koobi	60*40%
9 chigi	attack med hand	* chopsom seogi	hästställning 2axel
9 makki	blockering	* kimat seogi	hästställning 2,5axel
9 WTF	World tkd federation	* ap chagi	fram spark
9 ITF	Internationel tkd federation	* yop chagi	sido spark
9 ETU	European tkd federation	* dwit chagi	bakåt spark
9 STF	Svenska tkd förbundet	* miro chagi	putt spark
9 dollyo	rundgående	* morup chagi	knä attack
9 kiap	kampskrik	* ap bal tolligi	strech spark
9 dobok danja	rätta till dräkten	* bit chagi	mag spark 45grader
9 are	under bälte	* are makki	låg blockering
9 monton	mitt parti	* monton makki	mitt blockering
9 olegul	över axlar	* olegul makki	hög blockering
9 jumok	hand	* hecho makki	kryss blockering
9 morup	knä	* kam sa ham ni da	tack för idag
9 bal	fot	* TKD EDEN	SE BILAGA
* HA NA	ett	* YO SOT	sex
* DULL	två	* IL KOP	sju
* SET	tre	* YO DOL	åtta
* NET	fyra	* A HOP	nio
* DA SOT	fem	* YOL	tio

GRÖNT BÄLTE 8 GUP

IL JANG"KEON POOMSE" 20 RÖRELSER / 17 STEG			
KEON - HIMMEL OCH SOL / LIV OCH UPPVÄXT			
KEON är den första och är helt och hållet UM (JING) en obefläckad ljus kraft			
1-STEG 5ST HÖGER +VÄNSTER + 5 SJÄLVFÖRSVAR			
8 ke sock	fortsätt	8 poomse	WTF mönster
8 hosinsul	självförsvar	8 tull	ITF mönster
8 narrae	nedåt gående	8 taeguk	TKD´s själ mönster
8 pande	parallell	8 an	inåtgående
8 baro	motsatt	8 bakatt	utåtgående
8 kirugi	sparring	8 hoo go	kampväst
8 bal chagi chombi	kampställning	8 dwit koobi	30*70%
8 pal	arm	8 palmok	underarm
8 monton godro makki	vakt block	* narrae chagi	yx spark
* pan dollya chagi	hook spark	* mondora bit chagi	roterande mag spark
* sliding yop chagi	sidospark under förflyttning	* olegul dollyo chagi	hög rundspark
KROSS CHIERUGI / DWIT CHAGI		FYS 35+35	
TÄVLINGSREGLER			

# Ordlista

## BLÅTT STRECK 7 GUP

EE JANG"TAE POOMSE" 20RÖRELSER / 15 STEG

TAE - LEENDE OCH LUST

TAE är den andra och är fylld av glädje

1-STEG 2 SPARKAR + 2 STYPNING LIGGANDE

7 chong	blå	7 hong	röd
7 seung	vinnare	7 mondorra	rotera
7 bal badak	undersida fot	7 idan/kullo	frambenspark
7 are godro makki	vakt block låg	7 dwit koomchi	baksida hä
7 yop makki	sido blockering	7 bal nal	knivfot
7 apchock	främre trampdyna	7 bal deung	vrst
* mondorra pandollyo chagi	roterande hä spark	7 dwit choock	undersida hä

\* twio yop chagi

KROSS DOLLYO / AP CHAGI

FYS 40+40

FOTENS NAMN + TÄVLINGS REGLER

KULLERBYTTA FRAMÅT

## BLÅTT BÄLTE 6 GUP

SAM JANG"RI POOMSE" 28RÖRELSER / 19 STEG

RI - ELD OCH INTELLIGENS

RI är elden och solen, den är fylld av kreativ kraft

1 STEG 3 SPARKAR OCH 2 KNIV

6 mok	hals	6 an sonnal mok chiki	se mönster
6 samcho makki	mitt+hög godro	6 tjigo chagi	hookad yxspark inåt
6 sonnal	handkant lillfinger	6 furia chagi	hookad yxspark utåt

\* ap twio dwit chagi

KROSS SONNAL / MONDOLLYO

FYS 40+40

KULLERBYTTA BAKÅT

## RÖTT STRECK 5 GUP

SA JANG"JIN POOMSE" 29 RÖRELSER / 20 STEG

JIN - ÅSKA / ARG

JIN symboliserar åska och farlig kraft

1 STEG 3 SPARKAR + 3 KNIV + RULLANDE SJÄLVFÖRSVAR

* jebipoom mok chiki	svanslag	5 nullo	nedåt
* deung jumok tok chiki	se mönster	5 opo	uppåt
* pyonsonkut sewio	se mönster	5 sonnal deung	handkant tumsida
* pyonsonkut seko	opo / nullo	5 pyonsonkut	svärdshand
5 sewio	vertikal	5 son keut	finger
5 seko	horisontell	5 tok	haka

KROSS DEUNG JUMOK

FYS 40+40

SKRIFTLIGT PROV

## RÖTT BÄLTE 4 GUP

OH JANG"SEON POOMSE" 32 RÖRELSER / 20 STEG

SEON - VIND / FLEXIBILITET

SEON har vind som symbol, den är kraftig och ibland varlig

RULLANDE HAPKIDO MED SPARKAR OCH KNIVAR

4 me jumok	hammarslag	4 pyojock	måltavla
4 in jun	under näsa	4 palgup	armbåge
4 noon	öga	4 ko	näsa
* me jumok nareo chiki	se mönster	* palgup pyojock chiki	se mönster

\* twio mondorra chagi

BROTTSBALKEN + ANSIKTET

KROSS YOP CHAGI EGEN KROPPSLÄNGD / PYONSON KEUT

FYS 40+40

# Ordlista

## RÖTT SVART STECK 3 GUP

JOCK JANG"GAM POOMSE" 31 RÖRELSER / 23 STEG

GAM - VATTEN / TRO

GAM vatten är formlöst men mister aldrig sin natur och kraft

RULLANDE HAPKIDO MED SPARKAR OCH KNIVAR

3 palltock chagi	kindspar	3 batang song makki	handflata
* ap twio mondorra pandollyo chagi		* bitora chagi	

KROSS BITORA / SONNAL DEONG

FYS 50+50

## RÖTT 2 SVARTA STRECK 2 GUP

THILL JANG"GAN POOMSE" 33 RÖRELSER / 25 STEG

GAN - BERG OCH JORDENS YTA

GAN betyder stopp och antyder man skall veta när man ska sluta

RULLANDE HAPKIDO MED SPARKAR OCH KNIVAR 2 PERSONER

2 jeochyo	uppercut	2 otgoro makki	kryss blockering
2 bom sogi	tigerställning 90*10%	2 gawi makki	sax block
2 bojumok	täckt knytnäve	* dull jeochyo monton jirugi	

\* ap twio mondorra yop chagi

KROSS SONNAL 4CM / DULL TWIO APCHAGI

FYS 50+50

## RÖTT 3 SVARTA STRECK 1 GUP

PALL JANG"GON POOMSE"33 RÖRELSER / 27 STEG

GON JORDEN

GON är jordens enegi Gon är det hårda "YANG" cirkeln är sluten

RULLANDE HAPKIDO MED SPARKAR OCH KNIVAR 2 PERSONER

1 nang shim	grenen	1 myong chi	solarplexus
1 danjo	trycka ner	1 gaseum	bröstkorg
1 o-santul makki	bergblock hög+låg	1 kang-i	skenben

KROSS VALFRITT

FYS 50+50

## SVARTBALTE 1 DAN

KORYO 45 RÖRELSER / 30STEG

KORYO - Dynasti 918-1392 E.Kr

1 ageumson / kaljaebi	båghand	1 Tongmiligi	A-stans
-----------------------	---------	--------------	---------

## SVARTBALTE 2 DAN

KUMGANG 27STEG

KUMGANG - DIAMANT/BERG

2 keun dolchigi	njurslag	2 santul makki	hög-hög
2 haktari sogi	tranställning	2 kumgang maki	låg+hög
* modeum sonkeut	näbbslag	* gom son	björnklo
* gawi sonkeut	saxfingerattack	* guphin	böjd handrygg
* jibge jomuk	krabbklo	* moeun doo keut	2 fingrar
* Cheon Ma Ne Yo	varsågod	* moeun sae keut	3 fingrar
		* pyon jumok	fingranas 2 led
* oen	vänster	* oreun	höger

## SVARTBALTE 3 DAN

TAEBAEK 26 STEG

TAEBAEK - BAEBOO heligt berg i Korea. Ska utföras med smidighet och fasthet

kumgang monton makl	mitt+hög	dangyo tok chigi	dra ner+hak slag
jageum dolcheogi	korsade handleder		

## SVARTBALTE 4 DAN

PYONGWON 25 STEG

PYONGWON - ÄNGSMARK/BÖLJANDE

gyopson choombi	ihop vänster över höger	meonge chigi	armbågar utåt
-----------------	-------------------------	--------------	---------------

# Ordlista

## SVARTBÄLTE 5 DAN

SIPJIN 31STEG

SIPJIN - TIO

sonbadak godro anpalmok monton bakat makki

stödjande block

bawimiligi

hög puttande

jumok keureo olligi

armbåge framför slag

chettari jirugi

dubbel slag framåt

sonnal are makki

med höger handflata ner

sonnal deung monton med vänster handflata ner

## SVARTBÄLTE 6 DAN

JITAE 28 STEG

JITAE - JORD

## SVARTBÄLTE 7 DAN

CHEONKWON 27 STEG

CHEONKWON - HIMMEL

## SVARTBÄLTE 8 DAN

HANSOO 27 STEG

HANSOO - VATTEN

## SVARTBÄLTE 9 DAN

ILYO 23 STEG

ILYO - HARMONI