

wit-geel	Hana, Doel, Set, Net, Daseot, Yeoseot, Ielgop, Yeoldoel, Ahop, Yeol	<b>Taekwondo</b>	Kunst of methode waarbij voeten en vuisten gebruikt worden		
		<b>Tae</b>	trappen met de voet	<b>Olgul</b>	hoge zone
		<b>Kwon</b>	stoten met de vuist	<b>Momtong</b>	middenzone
		<b>Do</b>	de weg of de manier	<b>Arae</b>	lage zone
		<b>Dobok</b>	taekwondopak	<b>Bandae</b>	zelfde kant v. voet
		<b>Tie</b>	gordel	<b>Baro</b>	tegenovergestelde kant v. voet
		<b>Dojang</b>	Trainingsruimte	<b>Jibjung</b>	concentratie

geel	<b>Arae jireugi</b>	stoot naar de lage zone	<b>Arae makki</b>	afweer onder	<b>Ap</b>	Voorwaarts
	<b>Momtong jireugi</b>	stoot naar de middenzone	<b>momtong makki</b>	afweer midden	<b>Dwit</b>	Achterwaarts
	<b>Olgul jireugi</b>	stoot naar de hoge zone	<b>olgul makki</b>	afweer boven	<b>Yop</b>	Zijwaarts
	<b>Ap chagi</b>	Voorwaartse trap	<b>An palmok</b>	Binnenkant onderarm (duimzijde)		
	<b>Dwit chagi</b>	Achterwaartse trap	<b>Bakkat palmok</b>	Buitenkant onderarm (pinkzijde)		
	<b>Yop chagi</b>	Zijwaartse trap	<b>Ap-seogi</b>	korte stand	<b>Ap-kubi</b>	lange stand

geel-groen	<b>Charyot</b>	Bevel: aandacht	<b>Pal</b>	Arm	<b>Kyorugi</b>	Vrij sparren
	<b>Kyongnee</b>	Bevel tot groeten	<b>Palkup</b>	Elleboog	<b>Hosinsul</b>	Zelfverdediging
	<b>Junbi</b>	Bevel : klaarstaan	<b>Palmok</b>	Voorarm	<b>Kyokpa</b>	Breekttest
	<b>Keuman</b>	Bevel : stop, einde	<b>Sonmok</b>	Pols	<b>Poomsae</b>	Stijffiguur
	<b>Si chak</b>	Bevel: start	<b>Jumeok</b>	Vuist	<b>Kihap</b>	Kreet
	<b>Kallyo</b>	Onderbreken, stoppen	<b>Son</b>	Hand	<b>Dwiro-dora</b>	omdraaien

groen	<b>Chong</b>	blauw	<b>Dubeon</b>	dubbel	<b>Mok</b>	Hals, nek
	<b>Hong</b>	rood	<b>Twio chagi</b>	Gesprongen trap	<b>Juchum seogi</b>	paardrij stand
	<b>Hogo</b>	Borstbeschermer	<b>Twio ap chagi</b>	Gesprongen voorwaartse trap	<b>dwit kubi</b>	L stand
	<b>Seung</b>	Winnaar	<b>Hanssonal</b>	1 mes hand	<b>chigi</b>	slaan
	<b>Hechyo</b>	uit mekaar	<b>Hanssonal mokchigi</b>	Slag met enkel handzwaard in de nek		
	<b>Kyesok</b>	herbegin, voortdoen	<b>Gamjeom</b>	officiële bestraffing (1 minpunt)		

groen-blauw	<b>Deung</b>	rug	<b>Deungjumeok</b>	rugzijde vuist	<b>Pyonsonkeut tzireugi</b>	steek met de vingertoppen
	<b>Teok</b>	Kaak, kin	<b>Mejumeok</b>	Hamervuist	<b>Ap chigi</b>	voorwaartse slag
	<b>Naeryo</b>	Neerwaarts	<b>tzireugi</b>	steken	<b>Naeryo chigi</b>	neerwaartse slag
	<b>Sewo</b>	Verticaal	<b>Pyonsonkeut</b>	Speerhand	<b>Bakkat chigi</b>	Buitenwaartse slag
	<b>Naeryo jireugi</b>	neerwaartse stoot	<b>Sonnal</b>	Handzwaard (pinkzijde)	<b>An chigi</b>	Binnenwaartse slag
	<b>Sewo jireugi</b>	stoot waarbij de vuist verticaal gehouden wordt			<b>Jebipoom mokchigi</b>	Slag in zwaluwvorm (naar de kin of naar de nek)

blauw	<b>Milgi</b>	duwen	<b>Hanbon kyorugi</b>	1-stapstechnieken		<b>Palkup pyojeok chigi</b> Voorwaartse slag met elleboog, waarbij de tegenstander met de andere hand wordt vastgepakt
	<b>Paegi</b>	lostrekken	<b>Hanbon kyorugi seogi</b>	1-stapstechnieken met de hand		
	<b>Owen</b>	Links	<b>Hanbon kyorugi chokki</b>	1-stapstechnieken met de voet		
	<b>Oreun</b>	Rechts	<b>palkup chigi</b>	slag met de elleboog		
	<b>Sonnaldeung</b>	handzwaard (duimzijde)	<b>Pyojeok chagi</b>	doel trap		
	<b>Palkup dollyo chigi</b>	Draaiende stoot met de elleboog			<b>Koa-seogi</b>	gekruste stand

blauw-rood	<b>Batangson</b>	Handpalm	<b>apchuk ap chagi</b>	Voorwaartse trap met de bal van de voet	
	<b>Sonnaldeung</b>	Handzwaard (duimzijde)	<b>dwichuk ap chagi</b>	Voorwaartse trap met de hiel	
	<b>Sondeung</b>	Handrug	<b>baldeung ap chagi</b>	Voorwaartse trap met de wreef	
	<b>Bal</b>	Voet	<b>Moa seogi</b>	gesloten stand	
	<b>Apchuk</b>	Bal van de voet	<b>Naranhi seogi</b>	parallelstand, evenwijdige stand	
	<b>Hecho</b>	Gespreid	<b>Momdollyo</b>	Achterwaarts draaiend om de lichaamsas	

rood	<b>Dwichuk</b>	Onderkant van de hiel	<b>Jeochu jireugi</b>	stoot met omgekeerde vuist (handpalm nr boven)		
	<b>Balnai</b>	Meskant van de voet	<b>Jeochu</b>	Omgekeerd, dwz handpalm naar boven		
	<b>Baldeung</b>	Wreef, rugkant van de voet	<b>Mureup apchigi</b>	Voorwaartse kniestoot		
	<b>Balnaldeung</b>	Binnenzijde, onderkant vd voet	<b>Dujumeok jeochu jireugi</b>	dubbele stoot met omgekeerde vuist		
	<b>Balbadak</b>	Voetzool	<b>Darie</b>	Been	<b>Otgoreo</b>	gekrust
	<b>Dwikkumchi</b>	Hiel (achterkant)	<b>Beom seogi</b>	tijgerstand		
	<b>Mureup</b>	Knie			<b>Kawi makki</b>	schaar afweer