**PAUTA DE EXAEMEN DE GUP 2022**

Logotipo

Descripción generada automáticamente

**ELIO LUPPICHINI MELLA**

**Maestro Internacional Kukkiwon 6to Dan**

**Arbitro Internacional de Poomsae & Kyorugi**

**Director Escuelas Gang-Nam Chile**

| **9no. GUP - Blanco punta amarilla** | http://mla-s1-p.mlstatic.com/indumentaria-artes-marciales-boxeo-258001-MLA20262887197_032015-Y.jpg |
| --- | --- |

**1.- Jirugui**

A. - Are jirugui, Momtomg jirugui, Olgul jirugui (Chuchum sogui)

B. - Dubon momtomg jirugui (Chuchum sogui)

C. - Sebom jirugui (Chuchum sogui)

**2. - Movimientos Poom**

A. - Are makki (Ap sogui)

B. - Momtomg makki (Ap sogui)

C. - Olgul Makki (Ap sogui)

**3.- Técnicas de patadas**

A.- Tui bal ap chagui (Mo sogui)

B.- Tui bal dolio chagui (Mo sogui)

C.- Tui bal naereo chagui (Mo sogui)

**4.- Combate libre** (Sin contacto)

**5.- Interrogación** (Números, origen, instrucciones)

| **8vo. GUP – Amarillo** | Resultado de imagen para cinturon amarillo taekwondo |
| --- | --- |

**1.- Movimientos Poom**

A.- Are makki (Ap kubi sogui)

B. - Momtong an makki (Ap kubi sogui)

C. - Momtomg bakat makki (Ap kubi sogui)

D.- Olgul makki (Ap kubi sogui)

E.- Are hecho makki (Ap kubi sogui)

**2.- Técnicas de patadas y bloqueo**

A.- Ap chagui – are hecho makki (Ap kubi sogui)

B.- Dolio chagui – are hecho makki (Ap kubi sogui)

C.- Naereo chagui – are hecho makki (Ap kubi sogui)

**3.- Combate libre** (Sin contacto)

**4.- Interrogación** (Zonas, posiciones, bloqueos)

**5.- Poomsae**

A.- Kibom (8 Movimientos – forma básica)

**6.- Combate pactado** (Ataque: Ap Kubi Sogui – Are Makki - Defensa: Narangi sogui chumbi)

A.- Ataque: Are Jirugui – Defensa: Are makki ap kubi sogui, salida diagonal, chuchum sogui momtomg jirugui

B.- Ataque: Momtomg jirugui – Defensa: Momtomg makki ap kubi sogui, salida diagonal, chuchum sogui dubon momtomg jirugui

C.- Ataque: Olgul jirugui – Defensa: Olgul makki ap kubi sogui, salida diagonal, chuchum sogui sebom jirugui

| **7mo. GUP – Amarillo punta verde** | http://www.taekwondodaleffe.com.ar/images/secciones/tecnicas/kup07.jpg |
| --- | --- |

**1.- Movimientos Poom**

A.- Are makki – are baro jirugui (Ap kubi sogui)

B.- Momtomg an makki – momtomg baro jirugui (Ap kubi sogui)

C.- Momtomg bakat makki – momtomg baro jirugui (Ap kubi sogui)

D.- Olgul makki – Olgul baro jirugui (Ap kubi sogui)

**2.- Técnicas de patadas**

A.- Ap bal Ap chagui (Mo sogui)

B.- Ap bal dolio chagui (Mo sogui)

C.- Ap bal naereo chagui (Mo sogui)

**3.- Combate libre** (Semi contacto)

**4.- Interrogacion** (Patadas, golpes, bloqueos, posiciones)

**5.- Poomsae**

A.- Kibom

B.- Taeguk Il jang (18 movimientos – Cielo)

**6.- Combate pactado** (Ataque: Ap Kubi Sogui – Are Makki - Defensa: Narangi sogui chumbi)

A.- Tres tiempos, avanzando y retrocediendo. Ataque: Are jirugui, Momtomg jirugui y olgul jirugui ap kubi sogui; Defensa: Are makki, momtomg makki y olgul makki ap kubi sogui

**7.- Kiokpa**

A.- Momtomg jirugui

B.- Ap chagui

C.- Libre

| **6to. GUP – Verde** | http://www.taekwondochile.cl/Insignias/cinta-color-vr.jpg |
| --- | --- |

**1.- Movimientos Poom**

A.- Are makki (Ap sogui) – tui bal ap chagui – momtomg baro jirugui (Ap sogui)

B.- Tui bal ap chagui – sonnal are makki – momtomg baro jirugui (Ap kubi sogui)

C.- Tui bal ap chagui – sonnal momtomg an makki – momtomg baro jirugui (Ap kubi sogui)

D.- Tui bal ap chagui – sonnal olgul makki – olgul baro jirugui (Ap kubi sogui)

**2.- Tecnicas de patadas**

A.- Tui bal an furigui chagui (Mo sogui)

B.- Tui bal bakat furigui chagui (Mo sogui)

C.- Tuit chagui (Mo sogui)

**3.- Combate libre** (Semi contacto)

**4.- Interrogacion** (Significado, patadas, ataques y defensas)

**5.- Poomsae**

A.- Anteriores

B.- Taeguk I jang (18 movimientos – alegría)

**6.- Combate pactado** (Ataque: Ap Kubi Sogui – Are Makki - Defensa: Mo sogui chumbi)

A.- Ataque: Momtomg jirugui – Defensa: Anticipación Yop chagui

B.- Ataque: Momtomg jirugui – Defensa: Salida lateral dolio chagui – tuio mom dolio chagui

C.- Ataque: Olgul jirugui – Defensa: Bloqueo ataque an furigui – tui chagui

**7.- Kiokpa**

A.- Pal kup dolio chikki

b.- Naereo chagui

C.- Libre

| **5to. GUP – VERDE PUNTA AZUL** | http://www.taekwondodaleffe.com.ar/images/secciones/tecnicas/kup05.jpg |
| --- | --- |

**1.- Movimientos Poom**

A.- Bande are makki (Ap sogui) – tui bal ap chagui – dubon momtong jirugui (Ap kubi sogui)

B. - Baro sonnal mok chikki (Ap sogui)

C.- Hana sonnal momtomg bakat makki (Tuit kubi sogui)

D.-Hana sonnal momtomg bakat makki (Tuit kubi sogui) – momtomg baro jirugui (Ap kubi sogui)

**2.- Tecnicas de patadas**

A.- Tui bal yop chagui (Mo sogui)

B.- Ap bal yop chagui (Mo sogui)

C.- Dubal dansang bandal chagui (Mo sogui)

**3.- Combate libre** (Contacto zona media)

**4.- Interrogacion** (Significado, giros, saltos)

**5.- Poomsae**

A.- Anteriores

B.- Taeguk Sam jang – (20 movimientos – fuego)

**6.- Combate pactado** (Ataque: Ap Kubi Sogui – Are Makki - Defensa: Narangi sogui chumbi)

A.- Ataque: Momtomg jirugui – Defensa: Anticipación, Sonnal momtomg bakat makki – tui kubi sogui – momtomg baro jirugui ap kubi sogui

B.- Ataque: Are jirugui - Defensa: Are makki ap kubi sogui – salida diagonal sonnal mok chikki – chuchum sogui

C.- Ataque: Momtomg jirugui – Defensa: Sonnal momtomg an makki – tui kubi sogui – palkup chikki

**7.- Kiokpa**

A.- Sonnal chikki

B.- Yop chagui

C.- Libre

| **4to. GUP – AZUL** | http://www.taekwondochile.cl/Insignias/cinta-color-az.jpg |
| --- | --- |

**1.- Movimientos Poom**

A.- Dul sonnal momtomg bakat makki (Tuit kubi) – nulo makki pionson kut momtomg seo zirugui (Ap kubi sogui)

B.- Chebipoo mok chikki (Ap kubi sogui) tui bal ap chagui – momtomg baro jirugui (Ap kubi sogui)

C.- Chebipoo mok chikki (Ap kubi sogui) tui bal ap chagui – dung chumok olgul ap chikki (Ap kubi sogui)

D.- Palmok momtomg bakat makki (Tuit kubi sogui) – tui bal ap chagui – momtomg an makki

**2.- Tecnicas de patadas**

A.- Tui bal yop furigui (Mo sogui)

b.- Ap bal yop furigui (Mo sogui)

C.- Mom dolio chagui (Mo sogui)

**3.- Combate libre** (Contacto zona media)

**4.- Interrogacion** (Significado, puños, punta de dedos)

**5.- Poomsae**

A.- Anteriores

B.- Taeguk Sa jang (19 movimientos – trueno)

**6.- Combate pactado** (Ataque: Ap Kubi Sogui – Are Makki - Defensa: Narangi sogui chumbi)

A.- Ataque: Me chumok naereo chikki – Defensa: Anticipación, Chebi poo mok chukki – ap kubi sogui

B.- Ataque: Momtomg jirugui – Defensa: An palmok makki – tuit kubi sogui – Dolio chagui – mo sogui chumbi

C.- Ataque: Momtomg – Defensa: Anticipación, Dul sonnal momtomg bakat makki – tuit kubi sogui – Pionson kut seo zirugui – ap kubi sogui

**7.- Kiokpa**

A.- Me chumok naereo chikki

B.- Mom dolio chagui

C.- Libre

D.- Libre

| **3er. GUP – AZUL PUNTA ROJA** | http://vignette2.wikia.nocookie.net/taekwondo/images/c/c8/Descarga_(3).jpg/revision/latest?cb=20150103183718&path-prefix=es |
| --- | --- |

**1.- Movimientos Poom**

A.- Are makki (Ap kubi sogui) – me chumok naereo chikki (Wen, oreun sogui)

B.- Tui bal ap chagui – dung chumok olgul ap chikki- momtomg makki (Ap kubi sogui)

C.- Hana sonnal momtomg bakat makki (tui kubi sogui) – dolio palkup chikki (Ap kubi sogui)

D.- Olgul makki (Ap kubi sogui) tui bal yop chagui-bande dolio dung chumok chikki – piochok palkup chikki (Ap kubi sogui)

E.- Are makki-momtomg makki (Ap kubi sogui) yui bal ap chagui – dung chumok olgul ap chikki (Tuit koa sogui)

**2.- Tecnicas de patadas**

A.- Tuit furigui

B.- Mom dolio-tuit furigui

C.- Tuio ap chagui

**3.- Combate libre** (Contacto)

**4.- Interrogacion** (Partes del cuerpo)

**5.- Poomsae**

A.- Taeguk Oh jang (20 movimientos – viento)

**6.- Combate pactado – Hosinsul** (Libre)

**7.- Kiokpa**

A.- Sonnal dun chikki

B.- Tuit furigui

C.- Libre

D.- Libre

| **2do. GUP – ROJO** | http://taekwon-do-gh.com/wp-content/uploads/2013/10/cinta-color-rj.jpg |
| --- | --- |

**1.- Movimientos Poom**

A.- Are makki (Ap kubi sogui) tui bal ap chagui-hana palmok momtomg bakat makki (Tuit kubi sogui)

B.- Bituro hana sonnal olgul bakat makki (Ap kubi sogui)

C.- Bande olgul bakat makki-momtomg baro jirugui (Ap kubi sogui) tui bal ap chagui-momtomg baro jirugui (Ap kubi sogui)

D.- Dul sonnal momtomg bakat makki (tuit kubi sogui) Batansong momtomg an makki-momtomg baro jirugui (Ap kubi sogui)

**2.- Tecnicas de patadas**

A.- Tuio tui cahgui

B.- Tuio furigui

C.- Tuio yop chagui

**3.- Combate libre** (Contacto pleno)

**4.- Interrogacion** (Arbitraje de combate)

**5.- Poomsae**

A.- Taeguk Yuok jang (19 movimientos – agua)

**6.- Combate pactado – Hosinsul** (Libre)

**7.- Kiokpa**

A.- Sonnal naereo chikki

B.- Tuio tui chagui

C.-Dubal dansang bandal chagui

D.-Libre

E.-Libre

| **1ER GUP – ROJO PUNTA NEGRA** | http://vignette2.wikia.nocookie.net/taekwondo/images/8/8b/Images_(5).jpg/revision/latest?cb=20150103183930&path-prefix=es |
| --- | --- |

**1.- Movimientos Poom**

A.- Baro batansong momtomg an makki (Bom sogui) tui bal ap chagui-momtomg bande an makki

B.- Koudureo batansong baro momtomg an makki-dung chumok baro olgul chikki (Bom sogui)

C.- Dubon kawi makki (Ap kubi sogui)

D.-Dul momtomg bakat palmok makki (Ap kubi sogui) murup chikki – dul momtomg checho jirugui (tui koa sogui) odgoro are makki (Ap kubi sogui)

E.- Dolio dung chumok (Ap sogui) piochok chagui- piochok palkup dolio chikki (chuchum sogui)

**2.- Tecnicas de patadas**

A.- Golgo tui cahgui

B.- Golgo Furigui

C.- Golgo yop cagui

**3.- Combate libre** (Contacto pleno)

**4.- Interrogacion** (Historia)

**5.- Poomsae**

A.- Taeguk Chil jang (25 movimientos - montaña)

**6.- Combate pactado – Hosinsul** (Libre)

**7.- Kiokpa**

A.- Chumok naereo jurugui

B.- Tuio furigui

C.- Tuio yop chagui

D.-Kawi chagui

E.-Libre

L*a filosofía del****Taekwondo****se basa en****cinco principios****: Cortesía, Integridad, Perseverancia, Autocontrol y Espíritu Indomable.*

**Cortesía**

*(Ye Ui)*

Es un principio fundamental dentro y fuera del **Taekwondo**, que tiene como objetivo hacer destacar al ser humano manteniendo una sociedad armoniosa. Los practicantes de **Taekwondo** deben construir un carácter noble, así como entrenar de una manera ordenada y disciplinada.

**Integridad**

*(Yom Chi)*

Es muy importante saber establecer los límites entre lo bueno y lo malo así como saber reconocer cuando se ha hecho algo malo y redimirse por ello. Por ejemplo, en un estudiante que se niega a recibir consejo o aprender de otro estudiante más inexperto, o en un practicante que pide un grado a su maestro no hay integridad.

**Autocontrol**

*(Guk Gi)*  
El autocontrol es de vital importancia tanto dentro como fuera del dojang, tanto en el combate como en los asuntos personales. En combate, la falta de autocontrol puede provocar graves consecuencias tanto para el alumno como para su oponente. Asimismo, se ha de ser capaz de vivir y trabajar dentro de las propias capacidades.

***«No es más fuerte aquel que es capaz de vencer a los demás, sino aquel que es capaz de vencerse a sí mismo».***

**Perseverancia**

*(In Nae)*  
*La Paciencia conduce a la virtud o al mérito.*

La felicidad o la prosperidad suelen ser alcanzadas por la persona que es paciente. Para poder alcanzar un objetivo, ya sea promocionar a un grado superior o perfeccionar una técnica, se ha de ser perseverante. Es fundamental el sobrepasar cada dificultad con la perseverancia.

***«Uno que es impaciente en cosas triviales, puede difícilmente alcanzar el éxito en asuntos de gran importancia»* (Confucio)**

**Espíritu Indomable**

*(Baekjul Boolgool)*  
Un buen practicante de Taekwondo ha de ser siempre modesto y honrado. Ante una injusticia, actuará con espíritu combativo, sin miedo y sin dudarlo, sin tener en cuenta contra quién o contra cuántas personas se haya de enfrentar.

**Poomsae Taegeuk**

Los Poomsae tienen su origen en el libro “I Ching”, (oráculo Chino). El I Ching tiene 64 hexagramas, una combinación de ocho series de tres líneas, cerradas o partidas. Las series de tres líneas se llaman trigramas. Las líneas cerradas representan Yang, las abiertas Ying. En lenguaje Chino, la unidad de Ying y Yang se llama “taichi”. En lenguaje Coreano, la unidad se llama Tae-geuk. Esto explica el término Poomse Taeguk. Los ocho trigramas juntos se llaman Pal-gwe, de ahí el término Poomse Palgwe. Cada Poomse lleva asociado un trigrama que resume su significado.

Los Taegeuk, son el espíritu del Taekwondo, en ellos se representa la filosofía oriental, el Todo Infinito. “El libro de los cambios” explica que los 8 “Gwe” son el origen del mundo: Keon, Tae, Ri, Jin, Seon, Gam, Gan y Gon, que representan cielo, lago, fuego, trueno, viento, agua, montaña y tierra. También representan los ocho puntos y direcciones: Sur, Sureste, Este, Noreste, Suroeste, Oeste, Noroeste y Norte.

**TAEGEUK 1 JANG**

TAEGEUK IL JANG representa el símbolo de “Keon”, uno de los 8(pal) gwe (símbolos de adivinación), que significa “cielo y luz”.“Keon” simboliza el comienzo de la creación de todas las cosas en el universo, el Taegeuk 1 Jang tiene el mismo significado en el entrenamiento del Taekwondo. Este poomsae se caracteriza por su facilidad en la práctica, y consiste en gran parte en caminar y realizar las acciones básicas, tales como arae-makki, momtong-makki, momtong-jireugi, y ap-chagi.

KEON = Cielo y Luz (Poderoso, Masculino, Yang Puro).

Simbolo = Cielo - Sur - Padre

El primer Taeguk es el principio de todos los Poomses. El trigrama asociado represanta Yang (cielo, ligero), por lo tanto, este Poomsae debería ser ejecutado con la grandeza del Cielo.

**TAEGEUK 2 JANG**

TAEGEUK I JANG simboliza el “Tae”, uno de los 8 símbolos de adivinación que significa firmeza interior y suavidad exterior. Un nuevo movimiento en el desarrollo de este Taegeuk es olgul-makki. Las acciones ap-chagi aparecen con mayor frecuencia que en el Taegeuk 1 Jang.

TAE = Alegre y Sereno (Amable, Firme)

Simbolo = Lago - SurEste - Hija Menor

En las profundidades del lago hay tesoros y misterios. Los movimientos de este Taegeuk deberían ejecutarse sabiendo que el ser humano tiene limitaciones, pero que puede superar estas limitaciones. Esto debería conducir a un sentimiento de júbilo, sabiendo que podemos controlar nuestro futuro.

**TAEGEUK 3 JANG**

TAEGEUK SAM JANG simboliza el "Ri", uno de los 8 símbolos de adivinación, que significa "calor y brillo". Esto tiene por objeto motivar a los aprendices a albergar un sentido de justicia y fervor por el entrenamiento. Al cumplir satisfactoriamente con este poomsae los aprendices son ascendidos al siguiente grado. Las nuevas acciones son sonnal-mok-chigi y sonnal-makki, y la posición dwit-kubi. Este poomsae se caracteriza por sucesivos makki y chigi, y continuos jireugis. El énfasis recae sobre los contraataques al chigi del oponente.

RI = Fuego y Sol (Variedad, Pasión como Fuego)

Simbolo = Fuego - Este - Hija Segunda

El fuego contiene gran cantidad de energía. El fuego ayudaba al hombre a sobrevivir, pero por otra parte tenía algunos catastróficos resultados. Este Taegeuk debería ejecutarse rítmicamente, con algunos estallidos de energía.

**TAEGUK 4 JANG**

TAEGUK SAH JANG simboliza el "Jin", uno de los 8 símbolos de adivinación, que representa el trueno como símbolo de gran poder y dignidad. Las nuevas técnicas son sonnal-momtong-makki, pyon-son-kkeut-jireugi, jebipoom-mok-chigi, yop-chagi, momtong- bakkat-makki, deung-jumeok-olgul-apchigi y las técnicas mikkeurombal [deslizando el pie]. Se caracteriza por los numerosos movimientos de preparación para el kyorugi y por muchos dwit-kubi.

JIN = Valiente (Calma ante el peligro)

Simbolo = Trueno - NorEste - Hijo Mayor

El trueno procede del cielo y es absorbido por la tierra. El trueno es una de las más poderosas fuerzas naturales, rotando, girando. Este Taegeuk debería ejecutarse con esto en la mente.

**TAEGEUK 5 JANG**

TAEGEUK OH JANG simboliza el "Seon", uno de los 8 símbolos de adivinación, que representa el viento, indicando su fuerza imponente y la calma de acuerdo con su fortaleza y su debilidad. Los nuevos movimientos son me-jumeok-maeryo-chigi, palkup-dollyo-chigi, yop-chagi y yop-jireugi, palkup-pyo-jeok-chigi y algunas posiciones como kkoa-seogi, wen-seogi y oreun-seogi. Se caracteriza por los makkis sucesivos como el area-makki y el momtong-makki, también por el chigi por medio de correr y caer.

SEON = Alternativamente Flexible y Poderoso

Simbolo = Viento - SurOeste - Hija Mayor

El viento es una fuerza amable, pero a veces puede ser furiosa, destruyendo todo en su camino. Este Taegeuk debería ejecutarse como el viento: suavemente, pero sabiendo la capacidad de destrucción masiva con un único movimiento.

**TAEGEUK 6 JANG**

TAEGEUK YUK JANG simboliza el "Gam", uno de los 8 símbolos de adivinación, que representa el agua, indicando flujo incesante y suavidad. Los nuevos movimientos son han-sonnal-olgul-bakkat-makki, dollyo-chagi, olgul-bakkat-makki y batang-son- momtong-makki además de pyonhi-seogi [en posición elemental]. Se debe tener cuidado al regresar el pie correctamente al suelo después de un dyollyo-chagi y bajar la mano a una distancia igual a la palma de la mano al momento de lanzar un batang-son momtong-makki más bajo que en el caso de palmok-makki.

GAM = Fluido (Amable, Destructivo)

Simbolo = Agua - Oeste - Hijo Segundo

El agua puede mover una montaña. Los movimientos de este Poomsae deberían ejecutarse como agua. A veces permaneciendo calmada como el agua de un lago, a veces creciendo como un río.

**TAEGEUK 7 JANG**

TAEGEUK CHIL JANG simboliza el "Gan", uno de los 8 símbolos de adivinación, que representa la montaña, indicando firmeza y meditación. Los nuevos movimientos son sonnal-arae-makkki, batangson-kodureo-makki, bo-jumeok-kawi-makki, mureup-chigi, momtong-hecho-makki, jechin-du-jumeok-momtong-jireugi, otkoreo-arae-makki, pyojeok-chigi, yop-jireugi y posiciones como beom-seogi y juchum-seogi. Una suave conexión entre los movimientos es muy importante al momento de entrenar.

GAN = Equilibrio, Movimiento e Inmobilidad (saber dónde y cuándo parar)

Simbolo = Montaña - NorOeste - Hijo Menor

Las montañas siempre parecerán majestuosas, no importa el tamaño. Este Poomsae debería ejecutarse con el sentimiento de que todos los movimientos son majestuosos y merecen ser cuidados.

**TAEGEUK 8 JANG**

TAEGEUK PAL JANG simboliza el "Gon", uno de los 8 símbolos de adivinación, que representa el “Yin” y la tierra, indicando la raíz y el asentamiento, y también el principio y el fin. Este es el último de los 8 poomsaes Taegeuk con el cual los aprendices pueden acceder a experimentar la prueba de promoción de Dan [cinturón negro]. Se hace énfasis en la precisión de los pasos y la diferencia entre salto-patada y dubal-dangsong [salto-patada alternado en el aire].

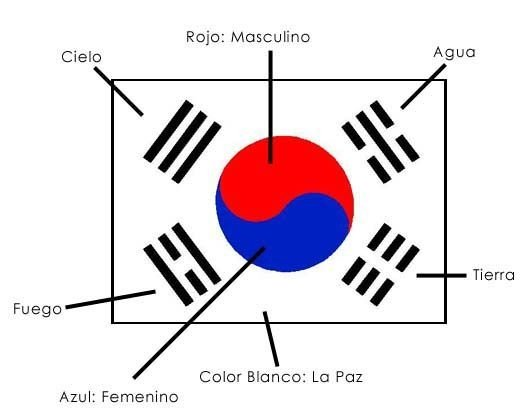
GON = Fuerte, Concentrado (Respeto, Femenino, Ying Puro)

SIMBOLO = Tierra - Norte - Madre

El trigrama asociado a este Poomse es Yin: el final del principio, la parte malvada de todo lo que es bueno. Incluso en esta oscuridad, hay algo de luz. Ejecutando este Taegeuk, uno debería ser consciente que este es el último que se aprende, que también es el fin de un círculo, y por lo tanto también es el primero, el segundo, etc

**BANDERA DE LA REPUBLICA DE KOREA DEL SUR**

**PRESENTACION ORIGNAL DE SU SIMBOLOGIA**



## POOMSAE





**VOCABULARIO BÁSICO DE TAEKWONDO**

El uso del idioma coreano para nombrar las técnicas de Taekwondo tiene como propósito dar nombres específicos a técnicas que implicarían el uso de varias palabras en español, manteniendo un vínculo con la cultura que originó nuestro deporte y arte marcial, teniendo así, una comunicación universal.

TAEKWONDO: El arte de usar los pies y manos para la defensa.

TAE: Técnicas de pie

KWON: Técnicas de mano o puño

DO: Camino de la filosofía marcial

KUKKIWON: Casa Central Del Taekwondo

KUKKIE: Bandera

TE HAIO: Saludo a

KYONGYE: Saludar

SABOMNIM: Profesor

SUBENIM: Cinturón negro alumno mayor

KWANGYAGNIM: director de la Escuela

KAMSAHMNIDA: Muchas Gracias

TUIT O TARA: Media vuelta

DOYANG: Gimnasio, lugar de practica

DOBOK: Traje de practica

TI: Cinturón

JOGÚ: Protector

AP: Adelante

DWI: Atrás

OLGUL: Arriba

ARE: Abajo

ORUN: Derecha

UEN: Izquierda

YOP: Lateral

AHN: Interior

BAKKAT: Exterior

MONTONG: Medio

TUIT: Retrasado o atrás

TUIO: Salto

PUMSE: Forma

KYORUGUI: Combate

JOSINSUL: Combate pactado

KYOKPA : Rompimiento

TAE GUK: Grandeza Eternidad

MORI: Cabeza

MOK: Cuello

O-QUE : Clavícula

BE: Estomago

PAL: Brazo

SON: Mano

SONNAL: Canto exterior de la mano

DUNGSONNAL: Canto interior de la mano

AKUMSON: Arco interior de la mano

KUT: Dedo

CHUMOK: Puño

DUNG CHUMOK: Dorso del puño

PALTUK: Muñeco

PALMOK: Antebrazo

PALKUP: Codo

DARI: Pierna

MURUP: Rodilla

BAL: Pie

SOGUISUL: técnicas de posiciones

CHARYOT: Firmes

CHUMBI: Posición inicial o preparados

CHUCHUM SOGUI: Posición a caballo o jinete

AP SOGUI: Posición paso corto

AP KUBI: Posición paso largo

TUIT KUBI: Posición retrasada o en L

CHYOT: Descanso

SHUMSIGUI: Respiración

BARO: Termino \* Contrario

PALBACUO: Cambio de mano

BALBACUO: Cambio de pie

MAKKI: Bloqueo o defensa

ARE MAKKI: Bloqueo zona baja

MONTONG MAKKI: Bloqueo zona media

OLGUL MAKKI: Bloqueo zona alta

SONNAL MAKKI: Bloqueo canto mano

DU SONNAL MAKKI: Bloqueo doble canto mano

HETCHO MAKKI: Bloqueo doble en apertura

OKGORRO MAKKI: Bloqueo doble cruzada

CHIRUGUI: Golpe de puño

BANDE CHIRUGUI: Golpe de puño (misma mano que golpea, mismo pie que avanza)

BARO CHIRUGUI: Golpe de puño contrario (mano que golpea contrario del pie que avanza)

CHIGUISUL: TÉCNICAS DE ATAQUES (manos no empuñadas)

SONKUT CHIGUI: Ataque punta dedos

PYONSONKUT CHIGUI: Ataque punta de dedos al estomago

PALKUP CHIGUI: Ataque codo

HANSONNAL CHIGUI: Ataque canto mano exterior

DUNGSONNAL CHIGUI: Ataque canto interior

AKUMSON CHIGUI: Ataque arco interior mano a garganta

HANSONKUT CHIGUI: Ataque con un dedo

CHAGUISUL: TÉCNICAS DE ATAQUES DE PIE

CHAGUI: Patada

AP CHAGUI: Patada frontal

DOLLYO CHAGUI: Patada circular con empeine

YOP CHAGUI: Patada lateral con talón

NERYO CHAGUI: Patada descendente

YOP FURIGUI: Patada lateral con planta

TUIT FURIGUI: Patada con planta y giro

TUIT CHAGUI: Patada con talón y giro

TUIO CHAGUI: Patada con salto

**NUMEROS**

1 ha-na

2 dul

3 set

4 net

5 da-seot

6 yeo-seot

7 il-gop

8 yeo-deol

9 a-hop

10 yeol

20 seu-mul

30 seo-reun

40 ma-heun

50 swin

60 ye-sun

70 i-reun

80 yeo-deun

90 a-heun

100 baek