

Algemeen:

Founder van Taekwondo	Generaal Choi Hong Hi
Datum	11 april 1955
Tae	Springen of vliegen, trappen of breken met de voet
Kwon	Stoten of vernietigen met de hand of de vuist
Do	Weg of methode
Dobok	Pak
Ti	Band
Gelijkgesteld	Baro
Tegengesteld	Bandae
Gesprongen	Twimyo
Trainingszaal	Dojang
Leraar	Sabum
Assistent leraar	Boo-sabum

Groetprocedure

Charyot	Attentiehouding
Sabum nim ke	Gezicht naar de leraar
Kyong Ye	Buig
Taekwon	Gegroet

Grondleerstellingen (tenets)

Ye Ui	Hoffelijkheid of bescheidenheid
Yom Chi	Onkreukbaarheid of eerlijkheid
In Nae	Volharding
Guk Gi	Zelfbeheersing
Baekjul Boolgool	Onoverwinnelijke geest of levensmoed

Tellen

Eén	Hana
Twee	Dul
Drie	Set
Vier	Net
Vijf	Tasot
Zes	Yosot
Zeven	Ilgop
Acht	Yudol
Negen	Ahob
Tien	Yul

Witte band en gele slip:

Betekenis band: Kleur van de onschuld: de beginnende leerling heeft nauwelijks voorkennis van Taekwondo

Standen (Sogi)

Parallelstand	Narani Sogi
Loopstand (lange stand)	Gunnun Sogi

Hoogtes

Midden	Kaunde
Laag	Najunde

Armtechnieken

Stoot	Jirugi
-------	--------

Delen van het lichaam

Voorarm	Palmok
Vuist	Joomuk
Meshand	Sonkal

Blokkeringen

Blok	Makgi
Voorarmblok	Palmok Makgi
Binnenkant voorarmblok	Anpalmok Makgi

Saju-Jirugi (vierrichtingstoot) 14 bewegingen:

Saju-Makgi (vierrichtingblok) 16 bewegingen:

Gele band

Betekenis band: Kleur van de aarde: een plant ontspruit en wortelt zich, zoals de leerling de Taekwondo basis verwerft

Standen (Sogi)

L-stand (korte stand) Niunja Sogi

Hoogtes

Hoog Nopunde

Armtechnieken

Slag Taerigi

Blokkeringen

Omhooggaand blok Chookyo Makgi

Verdedigingsblok Daebi Makgi

Tweedelig voorarmblok Sang Palmok Makgi

1. Chon-Ji (hemel en aarde)

Aantal bewegingen 19

In het Oosten worden hemel en aarde geïnterpreteerd als de creatie van de wereld of het begin van de menselijke geschiedenis. Vandaar dat *Chon Ji* het eerste patroon is dat de beginner leert. Het patroon bestaat uit twee identieke delen: één deel dat de hemel weerspiegelt, het andere de aarde.

2. Dan-Gun (stichter van Korea)

Aantal bewegingen 21

De tweede tul, *Dan Gun*, is genoemd naar de heilige Dan Gun, de legendarische stichter van Korea in het jaar 2333 v.C.

Groene band

Betekenis band: Kleur van de plant, die groeit en zich ontwikkelt. De leerling begint zich in de Taekwondo kunst te ontwikkelen.

Standen (Sogi)

Gesloten stand	Moa Sogi
Verlengde L-stand	Gojung Sogi
Zitstand	Annun Sogi
Buigstand	Guburyo Junbi Sogi

Armtechnieken

Steek	Tulgi
-------	-------

Trappen

Voorwaartse trap	Ab Chagi
Zijwaartse trap	Yop Chagi

Delen van het lichaam

Vingertip	Sonkut
Rugkant vuist	Dung Joomuk

Blokkeringen

Cirkelblok	Dollimyo Makgi
Wigvormig blok	Hechyo Makgi

3. Do-San (patriot Ahn Chang-Ho)

Aantal bewegingen 24

Do San, de naam van de derde tul, is het pseudoniem van de opstandeling *Ahn Chang-Hi* (1876-1938). De 24 bewegingen weerspiegelen zijn volledige leven, dat hij gewijd heeft aan het verbeteren van de educatie in Korea en haar vrijheidsbeweging.

4. Won-Hyo (boeddhistische monnik)

Aantal bewegingen 28

De vierde tul, *Won Hyo*, is vernoemd naar de belangrijkste monnik die het Boeddhisme introduceerde in Korea, ten tijde van de Silla dynastie (686 n.C.).

Blauwe band

Betekenis band: Kleur van de hemel, waarnaar de plant zich rijpt. Op dezelfde wijze boekt de leerling vooruitgang in zijn training

Standen (Sogi)

Verlengde loopstand	Nachuo Sogi
X-stand	Kyocha Sogi
Achtersvoetstand	Dwitbal Sogi

Delen van het lichaam

Elleboog	Palkup
Handpalm	Sonbadak

Blokkeringen

U-vormig blok	Digutja Makgi
Haakblok	Golcho Makgi
Drukblok	Noollo Makgi
Dubbel voorarmblok	Doo Palmok Makgi
Opwaarts blok	Ollyo Makgi

5. Yul-Gok (filosook Yi I)

Aantal bewegingen 38

Yul Gok is het pseudoniem van de filosoof en geleerde *Yi I* (1536-1584) bijgenaamd 'Confucius van Korea'. De tul kent 38 bewegingen die refereren aan zijn geboorteplaats op de 38^{ste} breedtegraad. Het diagram stelt 'geleerde' voor.

6. Joong-Gun (opstandeling Ahn Joong Gun)

Aantal bewegingen 32

De tul *Joong Gun* dankt haar naam aan de rebel *Ahn Joong Gun*, die *Hiro-Bumi Ito*, de eerste Japanse gouverneur-generaal van Korea, vermoordde. Er zijn 32 bewegingen in dit patroon, exact het aantal jaren dan Ahn Joong Gun leefde alvorens geëxecuteerd te worden in de gevangenis van Lui-Sung (1910)

Rode band

Betekenis band: Kleur van gevaar, waardoor de leerling wordt gewaarschuwd controle te beoefenen en tevens waarschuwing voor de tegenstander om weg te blijven.

Standen (Sogi)

Verticale stand Soojik Sogi

Trappen

Rondwaartse trap Dollyo Chagi

Blokkeringen

W-vormig blok San Maki

Duwblok Miro Makgi

7. Toi-Gye (Koreaanse geleerde)

Aantal bewegingen 37

Toi-Gye is de schrijfnam van een bekende Koreaanse geleerde *Yi Hwang* (16^{de} eeuw). *Yi Hwang* was een autoriteit op het gebied van Neo-Confucianisme. De 37 bewegingen staan voor zijn geboorteplaats op de 37^{ste} breedtegraad. Het diagram stelt de 'geleerde' voor.

8. Hwa-Rang (jongerenbeweging)

Aantal bewegingen 29

Hwa-rang is vernoemd naar de Hwa-rang jongerenbeweging, die ontstond tijdens de Silladynastie in de vroege 7^{de} eeuw. De tul telt 29 bewegingen, die verwijzen naar de 29^{ste} Infanteriedivisie van Korea, waar generaal Chi Hong Hi Taekwondo tot volle ontwikkeling bracht.

Zwarte band (1^{ste} dan)

Betekenis band: Het tegenovergestelde van wit. Het betekent de rijpheid en vaardigheid in Taekwondo

Trappen

Achterwaartse trap

Dwit Chagi

Gesprongen trap

Timyo Chagi

9. Choong-Moo (uitvinder oorlogsschip)

Aantal bewegingen 30

Choong Moo was de bijnaam van admiraal *Yi Soon-Sin* uit het Ji-tijdperk. Uitvinder van het eerste oorlogsschip (*Kobukson*) in 1592. Men zegt dat dit schip de voorloper is van de huidige onderzeeërs. Het patroon eindigt met een linkerhandaanval als eerbetoon aan de admiraal, die geen kans kreeg zijn ongekeende talent te tonen.