

Theoretischer Fragenkomplex für Dan-Prüfungen

Welche Maße hat die Kampffläche und wie groß ist der Kampfbereich?

8 x 8 Meter; 12 x 12 Meter;

Wie ist die offizielle Kampfzeit im Taekwondo?

Drei Runden á 3 Minute mit 1 Minute Pause

Welche Funktionen beinhaltet ein Kampfgericht und aus wie viel Personen sollte es bestehen?

1 Kampfleiter und 3 Punkterichter; Kampfleiter hat die Pflicht den Kampf unter seiner Aufsicht zu halten; Punkterichter haben die Pflicht Trefferpunkte sofort per Joysticks zu signalisieren;

Aus welchen Teilen besteht die Wettkampfausrüstung eines Wettkämpfers und welche Teile muss er bei einem Wettkampf tragen?

Dobok; Ty; Hogu; Tiefschutz; Brustschutz; Schienbeinschützer; Ellbogenschützer; Kopfschutz;

Nenne die koreanischen Fachausdrücke welche im TKD-Wettkampf verwendet werden!

Charyot; Kyonge; Junbi; Sijak; Kallyo; Kesok; Chung song; Hong song; Kyongo; Kamjeon; Kyeshi;

Welche Verwarnungen (Kyongo) gibt es?

Berührungsaktionen: Greifen/Ziehen des Gegners;
Festhalten/Klammern des Gegners;
Stoßen des Gegners mit den Händen;
Berühren/Stoßen des Gegners mit dem Körper;
Negative Aktionen: Absichtliches Übertreten der Alarmlinie (8x8);
Absichtliches Zukehren des Rückens;
Absichtliches Fallen lassen;
Vortäuschen von Verletzungen;
Verbotene Schläge: Stoß oder Angriff mit dem Knie;
Absichtlicher Angriff in die Leistengegend (Tiefschlag);
Absichtliches Treten oder Stampfen auf einen Teil des Beines oder Fußes;
Stoß auf das Gesicht des Gegners mit der Hand oder der Faust;
Unerwünschtes Verhalten: Gestikulieren des Kämpfers oder des Coaches;
Unerwünschte Äußerungen oder unsportliches Benehmen durch den Kämpfer oder seinen Coach;
Verlassen des Betreuerplatzes durch den Betreuer (Coach) während des Kampfes;

Welche Minuspunkte (Kamjeon) gibt es?

Berührungsaktionen: Werfen des Gegners;
Negative Aktionen: Übertreten der Begrenzungslinie (12x12)
Absichtliches Stören/Behindern des Kampfes
Verbotene Schläge: Angriff auf einen zu Fall gekommenen Gegner
Absichtlicher Angriff auf den Rücken oder den Hinterkopf
Harte Attacken auf das Gesicht des Gegners mit Faust oder Hand
Unerwünschtes Verhalten: Extreme Bemerkungen oder gewalttätiges Verhalten des Kämpfers oder seines Betreuers während des Kampfes;
Angriff nach dem Unterbrechungszeichen „Kallyo“;

Nach welchen Kriterien wird ein Kampf entschieden?

K.O.; Kampfleiterabbruch (RSC); Punkte oder Überlegenheit; Aufgabe; Disqualifikation; Strafentscheidung;

Nenne die Namen der Taeguk!

(1.) il-jang, (2.) ich-jang, (3.) sam-jang, (4.) sa-jang, (5) oh-jang, (6) yuk-jang, (7) chil-jang, (8) pal-jang;

Die koreanischen Zahlen von 1-10.

hana, dul, set, net, dassot, yossot, ilgup, yodol, ahop, yol;

Welche Kriterien werden bei der Ausführung einer Poomse verwendet?

Gleichgewicht, Timing, Khiap, Rhythmus, Flexibilität, Dynamik, Krafteinsatz, flüssige Bewegungen, korrekte Durchführung;

Nenne die koreanischen Fachausdrücke der Techniken und Stellungen, die in der Poomse Taeguk vorkommen!

...

Poomse wie viele Poom und Dongjak sind in der Form vorhanden?

	Poom	Dongjak
il-jang	18	20
i-jang	18	23
sam-jang	20	34
sa-jang	20	29
oh-jang	20	32
yuk-jang	19	31
chil-jang	25	33
pal-jang	25	33
Koryo	30	50
Kumgang	27	27

Was ist ein Poom?

Ein Poom ist eine Bewegungsform und kann aus mehreren Dongjak bestehen;

Was ist ein Dongjak?

Ein Dongjak ist eine einzelne Bewegung

Was bedeutet DO?

Geistige Einstellung zum Leben (Mut, Ausdauer, Selbstüberwindung, Gerechtigkeitssinn, Überlebenswillen, Selbstkontrolle, Menschlichkeit);

Welche Kriterien werden bei „Kyokpa“ bewertet?

Zielstrebigkeit: Erhöhung der geistigen Konzentration; Kontrolle der Distanz und des Winkels zum Ziel; Krafteinsatz aus der Hüfte;

Khiap: Explosion der inneren Kraft;

Geschwindigkeit: spezielle Bewegungsfertigkeit;

Welche Kriterien werden bei „Hanbon Kyorugi“ bewertet?

Geist: Blick: geistige Konzentration

Bewegung: Genauigkeit in Angriff und Abwehr, Distanz

Khiap: Mobilisierung der Kraft, Signal zum Angriff und Verteidigung

Kraft: Richtiges Dosieren der Kraft

Welche Kriterien werden bei „Hosinsul“ bewertet?

Angriffs- und Verteidigungsstellung

Bewegungslehre: aus dem Stand ausweichen, Wendungen nach allen Seiten;

Was bewirkt „Khiap“?

Geistes- und Körperkraft mit der Technik auf einen Punkt zu vereinen

Nenne die Damengewichtsklassen und ihre Einteilung!

Nadelgewicht	- 47 kg
Fliegengewicht	- 51 kg
Bantamgewicht	- 55 kg
Federgewicht	- 59 kg
Leichtgewicht	- 63 kg
Weltergewicht	- 67 kg
Mittelgewicht	- 72 kg
Schwergewicht	+ 72 kg

Nenne die Herrengewichtsklassen und ihre Einteilung!

Nadelgewicht	- 54 kg
Fliegengewicht	- 58 kg
Bantamgewicht	- 62 kg
Federgewicht	- 67 kg
Leichtgewicht	- 72 kg
Weltergewicht	- 78 kg
Mittelgewicht	- 84 kg
Schwergewicht	+ 84 kg

Nenne die olympischen Gewichtsklassen Damen und Herren und deren Einteilung!

<i>Damen</i>	<i>Herren</i>
- 49 kg	- 58 kg
- 57 kg	- 68 kg
- 67 kg	- 80 kg
+ 67 kg	+ 80 kg

Wie heißt der Präsident der WTF?

Dr. Un Yong Kim

Nenne die Symbole der Taeguk 1-8!

il jang	Himmel / Licht
i jang	Frohsinn / Fröhlichkeit
sam jang	Feuer
sa jang	Donner
oh jang	Wind
yuk jang	Wasser
chil jang	Gipfel eines Berges
pal jang	Erde

Wie verhält man sich als Taekwondoin im Dojang?

Welche Körperstellen dürfen beim Wettkampf angegriffen werden (Trefferzonen)?

Mittelteil des Körpers: Fäuste und Füße; Linie Schlüsselbein-Schulter bis zum Unterleib (Beckenbogen);

Gesicht: nur mit dem Fuß Vorderseite des Kopfes bis zum Schlüsselbein, eingeschlossen der Region der Ohren;

Was bedeutet „Charyot Kyonge“?

Achtung! Gruß (mit Verbeugung)

Nenne die drei Fachausdrücke der Körperzonen, bzw. Ebenen!

Arae, Momtong, Olgul;

Fachausdrücke für. Block – Schlag oder Tritt – Stoß mit der Faust?

Makki –Chagi – Jirugi;